L'Almanacco fò di pe

n. 20 / 2008

Associazione Sportiva Dilettantistica

fò di pe

Soci / 2008	nome d'arte	Esecutivo
1. BAGGI MARCO	Vengo Col Tempo	Segretario Responsabile
2. BERTULETTI ALDO		
3. BONAZZI ANTONIO	Dotto	
4. BONAZZI WALTER		
5. BRIGNOLI CLAUDIO	Karestia	Segretario Amministrativo
6. BRIGNOLI PAOLO	Pannocchia	Segretario Consigliere
7. CAPOFERRI ALEX	Franz	
8. CAPRINI SERGIO	Vetta Bianca	
9. CARMINATI PAMELA		
10. CARRARA MARCO	Innominato	
11. CORTI IVO	Comprabene	
12. CORTINOVIS STEFANO	Spok	
13. CROTTI FABIO	Sei Secondi	
14. CUCCO ALBERTO	Crema	
15. FERRARINI MARCO		
16. FINAZZI DARIO	Quattroprimi	
17. FRETI ALEX	Ale	
18. GAMBA CLAUDIO	Piccolo Buddha	
19. GAMBA FERRUCCIO	Ferro	
20. GAMBA MARIO	Terza Gamba	
21. GREGIS LUCA	Batman	
22. LOCATELLI LUIGI	Tuono	
23. LO GRASSO MARIA		
24. MAFFI MONICA	Vitamina	
25. MORETTI GIOVANNI	Splendido	
26. ONGARO CLAUDIO	Onga	
27. PELLEGRINI FRANCESCA		
28. PEREGO LUIGI	Gigione	
29. PIAZZI ROBERTO	Velo Devo Dire	
30. PIROVANO STEFANO	Valvola D'Acciaio	
31. ROTA GIORGIO	Figaro	
32. ROTA ROBERTO	Ventesimo	
33. SACCO DONATO	Voglio Morire	
34. SILVA PAOLO	Coscia Pallida	
35. TOGNI GERARDO	Forvezeta	Segretario Organizzativo
36. ZACCARIA FILIPPO	Cucciolo	
37. VECERA VANIA		

A.S.D. FO' DI PE - CAMPIONATO SOCIALE 2008

CLASSIFICA FINALE

			5000 metri	10000 metri	10000 strada	½ maratona	½ maratona	½ maratona	maratona	maratona	100 chilometri	tot. punti
1	Ferro	tempo	16' 20"	33' 02"	33' 14"	1 13' 43"	1 13' 57"	1 15' 24"	2 40' 30"	2 52' 07"		
		punteggio	226	227	227	232	232	229	225	213		2051
		bonus	60	60		60			60			
		data	15-giu	28-ago	14-dic	09-nov	07-set	24-feb	12-ott	23-nov		
		luogo	Pavia	Guanzate	Peschiera B.	Carpenedolo	C.Rozzone	Treviglio	Carpi	Malo		
2	Gigione	tempo	19' 19"	39' 22"	38' 11"	1 24' 13"	1 24' 56"	1 26' 16"	3 05' 07"	3 07' 45"	12 19' 21"	
		punteggio	190	202	207	211	210	207	200	198	172	1797
		bonus										
		data	15-giu	28-ago	26-ott	09-nov	19-ott	24-feb	23-nov	12-ott	01-giu	
		luogo	Pavia	Guanzate	Milano	Carpenedolo	Bergamo	Treviglio	Milano	Carpi	Faenza	
3	Velodevodire	tempo	18' 26"	38' 35"	37' 05"	1 20' 45"	1 22' 18"	1 24' 07"	2 59' 20"		9 35' 06"	
		punteggio	200	205	211	218	215	211	206		204	1790
		bonus	20		20	20			20		40	
		data	15-giu	28-ago	26-ott	12-dic	24-feb	07-set	30-mar		01-giu	
		luogo	Pavia	Guanzate	Milano	Pavia	Treviglio	C.Rozzone	Treviso		Faenza	
4	Forvezeta	tempo	19' 15"	40' 53"	38' 59"	1 27' 01"	1 28' 41"	1 29' 00"	3 14' 32"	3 15' 17"	14 21' 09"	
		punteggio	191	196	204	205	202	202	191	190	147	1728
		bonus										
		data	13-set	28-ago	05-ott	12-ott	09-mar	02-mar	30-mar	28-set	01-giu	
		luogo	Clusone	Guanzate	Presezzo	Pavia	Como	Imperia	Treviso	Limone	Faenza	
5	Spock	tempo	19' 15"	41' 19"	40' 14"	1 26' 10"	1 27' 28"	1 28' 03"	3 15' 42"	3 29' 21"		
		punteggio	191	194	199	207	205	203	190	176		1565
		bonus										
		data	24-set	28-ago	05-ott	16-nov	27-gen	14-set	27-apr	30-mar		
		luogo	Rezzato	Guanzate	Presezzo	Orzinuovi	Casalbeltrame	Parma	Vienna	Treviso		
6	Gian	tempo			35' 58"	1 18' 50"	1 19' 40"	1 21' 36"	2 51' 29"	3 03' 01"		
		punteggio			216	222	220	216	214	202		1410
		bonus			40	40			40			
		data			20-apr	14-set	07-set	16-mar	28-set	30-mar		
		luogo			Brescia	Parma	C.Rozzone	Lecco	Limone	Treviso		
7	Vengo col tempo	tempo	18' 23"	40' 19"	39' 29"	1 27' 07"	1 27' 40"				9 11' 45"	
		punteggio	201	198	202	205	204				209	1319
		bonus	40								60	
		data	15-giu	28-ago	14-dic	24-feb	30-mar				26-lug	
		luogo	Pavia	Guanzate	Peschiera B.	Treviglio	Vigevano				Rimini	
8	Cucciolo	tempo		37' 46"	37' 22"	1 23' 25"	1 24' 09"	1 29' 18"	3 26' 50"			
		punteggio		208	210	213	211	201	179			1222
		bonus										
		data		28-ago	26-ott	09-nov	12-ott	07-set	23-nov			
		luogo		Guanzate	Milano	Carpenedolo	Pavia	C.Rozzone	Milano			
9	Coscia	tempo	18' 27"	39' 15"	41' 11"	1 25' 33"	1 26' 05"	1 27' 06"				
		punteggio	200	203	195	208	207	205				1218
		bonus										
		data	15-giu	28-ago	20-apr	02-nov	19-ott	09-nov				
		luogo	Pavia	Guanzate	Brescia	Cesano B.	Cremona	Carpenedolo				
10	Crema	tempo			38' 27"	1 27' 05"	1 27' 48"	1 32' 35"	3 06' 10"	3 12' 04"		
		punteggio			206	205	204	194	199	193		1201
		bonus										
		data			20-apr	09-nov	16-mar	24-feb	23-nov	13-apr		
		luogo			Brescia	Carpenedolo	Lecco	Treviglio	Milano	Torino		
11	Claudio dj	tempo			42' 11"	1 35' 26"	1 36' 12"	1 36' 30"	3 35' 05"	3 35' 24"		
		punteggio			191	189	187	187	170	170		1094
		bonus										
		data			05-ott	30-mar	05-apr	19-ott	16-mar	02-nov		
		luogo			Milano	Vigevano	Stramilano	Cremona	Roma	New York		
12	Pannocchia	tempo	21' 14"		42' 42"	1 38' 05"	1 38' 42"	1 41' 12"	3 55' 31"			
		punteggio	167		189	183	182	177	150			1048
		bonus										
		data	13-set		20-apr	16-mar	30-mar	07-set	07-dic			
		luogo	Clusone		Brescia	Lecco	Vigevano	C.Rozzone	Sanremo			
13	Vetta	tempo			41' 10"	1 28' 36"	1 29' 05"	1 30' 24"	3 15' 34"			
		punteggio			195	202	201	199	190			987
		bonus										
		data			14-dic	09-nov	19-ott	24-feb	23-nov			
		luogo			Peschiera B.	Carpenedolo	Bergamo	Treviglio	Milano			

14	Tuono	tempo				1 35' 16"	1 39' 01"		3 34' 34"	3 37' 48"	10 51' 26"	**918**
		punteggio				189	181		171	168	189	
		bonus									20	
		data				16-mar	02-mar		23-nov	30-mar	01-giu	
		luogo				Lecco	Imperia		Milano	Treviso	Faenza	
15	Ventesimo	tempo			39' 53"	1 26' 19"	1 27' 00"	1 27' 30"				**818**
		punteggio			200	207	206	205				
		bonus										
		data			20-apr	02-nov	16-mar	24-feb				
		luogo			Brescia	Cesano B.	Lecco	Treviglio				
16	Quattroprimi	tempo			39' 50"	1 28' 34"	1 28' 39"	1 30' 18"				**803**
		punteggio			200	202	202	199				
		bonus										
		data			26-ott	12-ott	28-set	09-nov				
		luogo			Milano	Pavia	Inzago	Carpenedolo				
17	Batman	tempo			40' 42"	1 28' 53"	1 30' 12"		3 30' 34"			**773**
		punteggio			197	202	199		175			
		bonus										
		data			05-ott	09-nov	19-ott		07-dic			
		luogo			Presezzo	Carpenedolo	Bergamo		Sanremo			
18	Ale	tempo				1 28' 04"	1 33' 35"	1 37' 39"	3 23' 45"			**761**
		punteggio				203	192	184	182			
		bonus										
		data				19-ott	07-set	29-giu	23-nov			
		luogo				Bergamo	C.Rozzone	Camignone	Milano			
19	Sei secondi	tempo				1 31' 52"	1 32' 00"	1 33' 03"	3 41' 58"			**749**
		punteggio				196	196	193	164			
		bonus										
		data				09-nov	16-mar	30-mar	07-dic			
		luogo				Carpenedolo	Lecco	Vigevano	Sanremo			
20	Terzogamba	tempo			49' 15"	1 54' 26"	2 05' 45"		3 59' 37"	4 38' 03"		**695**
		punteggio			163	151	128		146	107		
		bonus										
		data			05-ott	19-ott	07-dic		16-mar	02-nov		
		luogo			Milano	Cremona	Sanremo		Roma	New York		
21	Dotto	tempo				1 40' 53"	1 44' 46"		4 03' 38"		16 11' 50"	**615**
		punteggio				178	170		142		125	
		bonus										
		data				19-ott	12-ott		23-nov		01-giu	
		luogo				Bergamo	Pavia		Milano		Faenza	
22	Franz	tempo				1 31' 40"	1 33' 35"	1 38' 51"				**570**
		punteggio				196	192	182				
		bonus										
		data				19-ott	07-set	29-giu				
		luogo				Bergamo	C.Rozzone	Camignone				
23	Francesca	tempo			48' 49"	1 43' 41"	1 55' 08"					**545**
		punteggio			184	192	169					
		bonus										
		data			20-apr	19-ott	24-feb					
		luogo			Brescia	Bergamo	Treviglio					
24	Vitamina	tempo		55' 06"	54' 35"	2 06' 18"						**467**
		punteggio		159	161	147						
		bonus										
		data		28-ago	20-apr	23-nov						
		luogo		Guanzate	Brescia	Malo						
25	Maria	tempo				1 23' 21"	1 24' 48"					**463**
		punteggio				233	230					
		bonus										
		data				19-ott	09-nov					
		luogo				Bergamo	Carpenedolo					
26	Karestia	tempo			44' 33"	1 41' 22"						**358**
		punteggio			181	177						
		bonus										
		data			20-apr	30-mar						
		luogo			Brescia	Vigevano						
27	Walter	tempo				1 25' 18"						**209**
		punteggio				209						
		bonus										
		data				24-feb						
		luogo				Treviglio						

28	Comprabene	tempo punteggio bonus data luogo							3 13' 29" 192 16-mar Roma			**192**
29	Valvola d'acciaio	tempo punteggio bonus data luogo				1 37' 47" 184 16-mar Lecco						**184**
30	Figaro	tempo punteggio bonus data luogo				1 38' 17" 183 24-feb Treviglio						**183**
30	Innominato	tempo punteggio bonus data luogo			44' 05" 183 26-ott Milano							**183**
32	Vania	tempo punteggio bonus data luogo							4 05' 58" 160 02-nov New York			**160**

Ferro , Campione Sociale 2008

Bandito! Teppista! Ladro! Furfante!
È la muta della gente onesta
Che fa la caccia al bambino
Per cacciare il bambino, non serve la licenza
Tutta la brava gente ci si è messa.

Jacques Prévert 1934

Campionato Sociale 2008
Albo D'Oro

Anno	1° Class.	2° Class.	3°Class.
1996	Cav. Millemosche	Gambadilegno	Karestia
1997	Gambadilegno	Cav.Millemosche	Forvezeta
1998	Cav. Millemosche	Gambadilegno	Karestia
1999	Gipsy	Cav. Millemosche	Karestia
2000	Cav. Millemosche	Gigione	Tuono
2001	Cav. Millemosche	Tuono	Gigione
2002	Cav. Millemosche	Vengo Col Tempo	Gigione
2003	Cav. Millemosche	Gigione	Vengo Col Tempo
2004	Cav. Millemosche	Gigione	Vengo Col Tempo
2005	Cav. Millemosche	Vengo Col Tempo	Gigione
2006	Vengo Col Tempo	Gigione	Voglio Morire
2007	Voglio Morire	Velo Devo Dire	Gigione
2008	Ferro	Gigione	Velo Devo Dire

3/4 maggio 2008 – la a.s.d. fo' di pe vince per la prima volta la 24 h di Ciserano

partecipazione a competizioni

		1989	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	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	21	269
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	4	115
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	24	135
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	8	86
DARIO	**FINAZZI**	-	-	-	-	-	-	-	-	6	10	7	4	4	9	9	3	5	14	12	9	92
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	6	42
SIMON	**ARGAW**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2
LUIGI	**PEREGO**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	11	16	13	14	25	44	27	28	26	31	28	263
GIOVANNA	**BELLINI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	0	0	0	-	-	-	-	-	-	-	5
MARCO	**BAGGI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	15	21	26	27	23	25	28	23	190
ROBERTO	**PIAZZI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	12	13	18	21	19	83
DONATO	**SACCO**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	0	13	16	0	33
IVO	**CORTI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	31	19	9	61
STEFANO	**PIROVANO**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	9	6	2	17
CLAUDIO	**GAMBA**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	21	32	1	55
FERRUCCIO	**GAMBA**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	12	34	33	80
PAOLO	**SILVA**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	15	14	32
PAMELA	**CARMINATI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0	0
ROBERTO	**ROTA**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	11	35
WALTER	**BONAZZI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	12	7	19
GIORGIO	**ROTA**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	5	10
FRANCESCA	**PELLEGRINI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	12	18
ALDO	**BERTULETTI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	0	2
SERGIO	**CAPRINI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	16
CLAUDIO	**ONGARO**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	13	13
MARCO	**CARRARA**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	1
STEFANO	**CORTINOVIS**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	31	31
ALBERTO	**CUCCO**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	17	17
MARCO	**FERRARINI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0
MONICA	**MAFFI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	18	18
GIOVANNI	**MORETTI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	17	17
MARIO	**GAMBA**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	10
FILIPPO	**ZACCARIA**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	21	21
ANTONIO	**BONAZZI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	8
ALEX	**FRETI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	5
ALEX	**CAPOFERRI**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	11	11
MARIA	**LOGRASSO**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	4
VANIA	**VECERA**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	1
LUCA	**GREGIS**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	4
		1	9	27	64	100	120	86	59	116	144	101	73	93	103	124	121	132	274	328	413	2488

Vint' agn fo' di pe - di Pannocchia

Ci si frequentava da tempo con incontri in bar o a *Bukingam Palace* (abitazione di *Lucio*) dove oltre a cazzeggiare, si discuteva di politica, si parlava delle rogne sindacali e delle attività legate ai *fo' di stra$$* (che erano un gruppo di lavoratori della *Amnu* organizzato in una sorte di agguerrito dopolavoro).
Non disdegnavamo nemmeno di uscire a correre, nulla di organizzato, qualche non competitiva e nulla più.
L'esperienza legata alla corsa si tramandava dagli anni '70 quando all'interno del club *Atalanta Commandos* era nata, per sfida personale di *Lucio*, la volontà di percorrere la *100km del Passatore* già dalle sue prime edizioni. Dopo la sua esperienza si erano aggregati altri come corridori (*Liscio* e io) e altri come accompagnatori (l' *Agass*).
Il metodo che si utilizzava come preparazione a questa dura prova consisteva di incominciare gli allenamenti tra i mesi di gennaio e febbraio; uscire qualche sera a settimana interponendo a tratti di corsa, dei recuperi camminando velocemente; una sorte di ripetute inventate nella certezza che mai e poi mai avremmo potuto correre per 100 km filati. Allora tanto valeva abituarsi a stare sulle gambe per molte ore anche solo per camminare.
Il tutto terminava con l'arrivo a *Faenza*. Da quel momento non si parlava più di corsa e ognuno riprendeva a fare altri sport, ad avere altri passatempi fino a riprendere il discorso con la fine dell'anno: c'è il *Passatore* da preparare! (credo di avere sentito questa frase centinaia di volte).
Così come per gli allenamenti, erano molto approssimati tutti quegli aspetti che riguardano la corsa: l'abbigliamento utilizzato, l'alimentazione e le scarpette che dovevano durare una eternità e bastava che avessero la parvenza di una scarpa da ginnastica un po' evoluta nei colori per andare bene (*Le Coq Sportiv*, *Adidas* e *New Balance*).
Come dicevo in questi 4 o 5 mesi di preparazione si prendeva parte alle camminate non competitive, che allora erano una novità nate grazie alla austerity, ed il termine camminate non era dato a caso in quanto ben pochi corricchiavano ma i più giustappunto camminavano (i famosi marciatori). Alcuni di questi marciatori divenivano sempre più evoluti ed esigenti e per aggregare questi faticatori, in quegli anni sono nate parecchie società sparse un po' ovunque. Alcune si strutturavano per le non competitive ed altre per incominciare a correre più seriamente.
Allo stesso modo, per dare sfogo a questa richiesta sempre maggiore di attività podistica più impegnata, incominciavano a nascere anche competizioni di "massa" come le maratone. E' in questa fase che abbiamo provato a fare nuove esperienze, ad esempio partecipare alla maratona di *Venezia* del 1988.

Terminate le traversie di *Lucio* con *Bukingam Palace* e con il successivo trasloco in quel di *largo Tironi*, questo appartamento è divenuto punto di ritrovo anche per quel manipolo di podisti che ormai necessitava di approfondire meglio quello che si cercava di combinare (nella corsa).
Come dicevo, l'appartamento è divenuto un momento di incontro di più situazioni, tra i quali *Ciuffy* col filone che portava a *Dalmine* e alla compagnia frequentata dal *Picchio*. Così si è amalgamato quel nucleo che ha dato in seguito origine ai *fo' di pe*.
Parlandoci direttamente in brevi e occasionali incontri o per passaparola, abbiamo deciso di tirarci insieme.
L'appuntamento era per il giorno della epifania: venerdì sei di gennaio del 1989 alla sera.
Epifania, festa reintrodotta nuovamente dal 1985 dopo anni in cui era stata tolta (per farci lavorare di più). La riunione è stata indetta in una festa "liberata" nuovamente dal lavoro.
Come tutti i giorni di inizio anno faceva certamente freddo, forse per l'occasione il riscaldamento funzionava, forse al minimo ma poco importava. Anche la luce era fioca, una lampadina ancora provvisoria, ma poco importava. Non mancava ovviamente un bicchiere di vino. Vino rosso naturalmente, quello più da osteria (quello bianco "mosso" si è scoperto solo molti anni dopo, con i primi aperitivi ...).
Torniamo al sei di gennaio, cosa serve per essere un gruppo podistico? che fare?
L'atto costitutivo subito, poi lo statuto e poi gli incarichi. Immediatamente dopo lo studio di una grafica per realizzare un bel adesivo che ci rappresentasse. Le magliette invece non erano ancora nemmeno nella fantasia.
Per cosa? Un gruppo differente da quelli che si vedevano in giro, poche persone ma fidate, con connotazioni politiche chiare e di impegno sociale e solidale. Un gruppo non solo dedito alla corsa (fuori dai piedi) ma aperto a tutte le esperienze che i soci proponevano; un gruppo che rispecchiasse le idee di chi ci faceva parte, dove ogni scelta e decisione fosse condivisa democraticamente con gli altri. Assolutamente indipendente e autofinanziato: ogni trimestre si versava la quota di 30.000 lire, ogni riunione si decideva cosa e come fare.
Così, quella sera del sei di gennaio si è costituito il gruppo: i soci fondatori *Lucio*, *Claudio*, *Adelio* e *Paolo*.
In una delle prime riunioni era presente *Ciuffy*, e visto che era interessato alla compagnia ma non correva, abbiamo istituito il ruolo del simpattizante che lo ha portato ad essere eletto ad una breve Presidenza. *Ciuffy* ci seguiva, faceva l'accompagnatore e assistenza nelle corse più lunghe. Poi il matrimonio lo ha portato a seguire piste più interessanti.
Con lo *Statuto*, se avessi l'arte di scrivere, si potrebbero riempire pagine intere. Scritto originariamente e appositamente per rispecchiare le esigenze del quartetto, ogni anno subiva modifiche per adattarlo, come un sarto col vestito, al corpo del gruppo che si formava, che si ristrutturava con nuovi ingressi e con fuoriuscite. In tutte le Assemblee generali ordinarie (cadenza annuale) o nelle Assemblee generali straordinarie, nell'ordine del giorno compariva: modifica allo *Statuto*, per i seguenti Articoli ...
Lo *Statuto* è quell'insieme di articoli che descrivono le regole che i *fo' di pe* si sono dati. Ultimamente non si sente molto citare, nel corso delle nostre riunioni, di norme statutarie ma, l'importanza di questo scritto è indispensabile come la *Costituzione* per la *Repubblica Italiana*.
La scelta del nome e della dicitura a completare, è stato frutto di proposte, discussioni ed elaborazioni grafiche.
Come dicevo, esisteva un gruppo denominato *fo' di stra$$*; aveva le sue attività anche sportive e ricreative (partite di calcio, cene, ...). In modo assolutamente autonomo, avrebbero dovuto nascere gruppi più specifici. Così i *fo' di pe* per il podismo, per il ciclismo si sarebbe potuto chiamare fo' di raggi, per il biliardo fo' di bocette ecc. Tutti gruppi che avrebbero potuto coordinarsi, aiutarsi e partecipare alle varie e differenti iniziative.
Per quanto ci riguarda siamo partiti definendo dopo il nome, il disegno (divenuto poi un adesivo) con lo slogan. Tra le varie proposte, è stato ideato e poi disegnato da *Lucio*, un "bollo" circolare di colore giallo con due piedi scalzi di colore nero con stilizzato delle

strade di colore rosso che richiamavano il nostro nome con la dicitura “piedi neri, percorsi rossi”; le due lettere P identificavano senza ombra di dubbio da quali tendenze politiche era attraversato il gruppo. Questo disegno è, come dicevo, divenuto un adesivo che utilizzavamo per personalizzare le magliette (di cotone bianco) nel lungo periodo che non abbiamo avuto una divisa ufficiale da gara.

La scelta dei colori sociali è avvenuta perché i colori verde, giallo e rosso (e successivamente il nero e poi il bianco) oltre che ad essere luminosi e dare, se abbinati, un ottimo risultato cromatico richiamavano i colori delle bandiere di molte nazioni che indubbiamente, essendo terzomondismi, ci ispiravano simpatia (*Giamaica*, *Senegal*, *Camerun*, *Etiopia*, *Ghana*, ...).
La serata del lunedì è stata scelta per la riunione settimanale. Non impicciava e non si accavallava con altre riunioni di altra natura che avevamo. Come ora si parlava di quanto fatto alla domenica e si progettava il futuro: quello prossimo e quello lontano ... con discussioni interminabili per ottenere il più ampio dei consensi.
In alcune sere si commentavano le notizie o si leggeva un brano di un libro. Così ci è capitato di trovare nella biblioteca di *Lucio* un librettino, *Storie dell’anno mille*, che narrava delle avventure di tre sfigati sempre in cerca di cibo. I personaggi sono poi divenuti i nostri soprannomi: *Cavallier Millemosche* per *Lucio*, *Karestia* per *Claudio*, *Pannocchia* per *Paolo*. *Adelio*, già aveva il suo appellativo: *Picchio*.
C’è stato il periodo in cui ad ogni riunione si leggeva un capitolo di questo libro e con i pezzi più divertenti ci si soffermava a lungo. Pertanto i nostri soprannomi sono presi da questa lettura. Se ad esempio avessimo letto *Chi ha spostato il mio formaggio* ci saremmo potuti chiamare *tentenna, ridolino, trottolino*.
Il sottofondo sonoro era garantito da *Radio Popolare* emittente, per la quale abbiamo poi sottoscritto una “azione” che ci assicurava notizie, musica, discussioni e una buona dose di cazzate e buonumore.
Poi il gruppo si è strutturato, ha avuto altri ingressi a cominciare da *Gambadilegno* (già *Endovena*) fino ad avere le prime partecipazioni a campionati provinciali amatori *Fidal* che hanno portato il nome dei *fo’ di pe* a comparire su quotidiani locali con *Forvezeta*, *Millemosche* e *Gipsy*.

In questi venti anni abbiamo passato momenti di intensa partecipazione, ritengo da scuola di democrazia e di organizzazione. Momenti divertenti e di allegria si sono sempre interposti a quello che spesso poteva sembrare una rigida impostazione. Alcune volte forse abbiamo esagerato esigendo militanza dura, questo esigeva uno sforzo mentale e sacrificio di tempo libero da parte di molti che ha fatto bene al gruppo ma ha portato alla fuga i meno motivati. Però si sa, senza lavoro si organizza poco.
Abbiamo passato più di una crisi con dimissioni e fuori uscite anche dolorose, amicizie spezzate, e appunto accuse di scarso impegno; non è stato sempre facile restare insieme. La struttura ha traballato fortemente un paio di volte anche con voci di scioglimento: ci mancavano le motivazioni, ci mancava il ricambio, ci mancava chi prendesse in mano la situazione, ci mancava la fiducia.
Poi la volontà di proseguire è rinata fortemente con l'ingresso di persone nuove, col passaggio della sede allo *Spazio Underground* e poi alla sede attuale a *Valbrembo*, e con l'organizzazione di manifestazioni che è vero che pesano ma amalgamano il gruppo.

Sono arrivati risultati sportivi importanti. Come attività abbiamo spaziato su tutto quello che ci è stato dato da percorre: corse di tutte le tipologie e quando non ci sono, ce le siamo inventate.
Abbiamo ben organizzato manifestazioni, con impegno costante e coerente; coscienti delle nostre forze.
Io alcune volte penso che se non ci fossero stati i *fo' di pe*, avrei probabilmente smesso di correre per mancanza di stimoli. Ora, al primo inconveniente (problema fisico) in cui devo stare fermo o rallentare l'attività, mi manca subito la corsa e la compagnia del gruppo.
Venti anni nel corso della mia vita non sono uno scherzo, e appena manca la "ritualità", si crea un buco.
Venti anni di *fo' di pe* sono passati con alti e con bassi (è il destino di tutti i gruppi e associazioni) ma il passato ci deve servire come memoria per non ricommettere errori già fatti. Trovare il giusto equilibrio personale e di gruppo, tra tutte le varie situazioni è la cosa più impegnativa soprattutto quando i numeri degli aderenti ai *fo' di pe* è alto.
L'ideale sarebbe che tutti i tesserati si propongano come parte attiva e sentire il gruppo in loro per alleggerire il lavoro di chi si assume incarichi.
A questo punto non mi resta che chiudere e ricordare (senza nominarli) tutti quanti sono passati nel nostro gruppo ed hanno fatto altre scelte: una buona vita a tutti loro.
Per gli attuali *fo' di pe*, oltre ai miei migliori auguri, ricordo che c'è sempre qualcosa a cui dobbiamo resistere: ora e sempre!

foto 1 – 1978 Passatore
foto 2 – 1988 Bra – maratona di Venezia
foto 3 – riunione di Segreteria
foto 4 - i primi 6 tesserati
foto 5 – 1999 festeggiamenti per il 10° compleanno – sede L.go Tironi
foto 6 – festeggiamenti a Ciserano

ANDARE, NON SOLO COI PIEDI……

Piccola disquisizione teo-filosofica di Quattro Primi

Noi podisti lo sappiamo bene che quando usciamo a correre per un lungo e intenso allenamento, si arriverà ad un certo punto che non sarà più solo la forza delle nostre gambe a sospingerci ma un notevole aiuto,di cui non possiamo fare a meno, arriverà dalla nostra forza mentale.
LA MENTE?????
Costretto ad un riposo forzato ,ho cercato di trovare una spiegazione per i continui infortuni a cui sono stato soggetto in questo periodo. Questi infortuni erano forse dei segnali che il fisico cercava di dare alla mente dicendo"stai attento qualcosa non va, rallenta, fermati o ….".
Ma la mente no, continuava,corri corri e corri….
Allora 9 minuti di corsa e crak.
Ancora 7 minuti di corsa e altro crak
Quindi è diventato impellente, se volevo continuare a correre, venire a capo del problema.
La mia mente e il mio fisico sono due cose ben distinte e separate della persona, che avrebbero dovuto lavorare in sintonia con un comune obbiettivo da raggiungere, ma che per qualche motivo, ciò non accadeva. Chi era il responsabile di ciò. Di solito, noi podisti, quando falliamo un'obiettivo, siamo portati a scaricare la colpa sul nostro fisico che non è riuscito a reggere ciò che ci eravamo prefissati di fare per il raggiungimento dell'obiettivo stesso. Ma siamo sicuri che sia proprio così .
E la Mente!!!!!
Non potrebbe essere proprio Lei, la nostra cara mente, la responsabile con delle scelte sbagliate.
Io penso di si, che la vera responsabile sia Lei.
Quando ad una gara " saltiamo", se siamo onesti con noi stessi, la maggior partedelle volte dobbiamo ammettere che la causa è stata la scomparsa totale della nostra forza mentale.
Quindi cari podisti attenzione, la Mente, come il suo stesso termine ci dice , mente a noi stessi, impariamo quindi ad analizzare le cose che ci succedono tenendo presente tutti i vari aspetti che costituiscono la nostra persona. Quindi la verità (per me e spero di tanti altri), è che l'UOMO è fatto dall'insieme di CORPOFISICO, CORPOMENTALE ed aggiungo il più importante il CORPOSPIRITUALE e che dall'armonia di tutte tre i componenti ci può rendere una persona consapevole della propria realtà.
Nel nostro gruppo,ho notato, a parte alcuni, che l'argomento Spiritualità sia visto come qualcosa che abbia poca rilevanza nella nostra vita, una cosa legata alla Religione qualunque essa sia, per alcuni una perdita di tempo, e tutto questo non permette loro, di essere consapevoli e di gioire della propria Spiritualità, che è presente in ognuno di noi. .
E' il nostro corpospirituale l'essenza, che da il via al nostro vivere detto secondo coscienza.
E' il nostro corpospirituale che ci permettere di vivere onestamente e con coscienza la propria " Dignità" di Uomo.
Quando, diventati consapevoli del nostro corpospiriruale (non ci vuole tanto, basta volerlo), molto spesso ci si accorge di avere, o che ci manchi e poi volere, un legame con una Spiritualità superiore alla nostra, sino a diventarne una necessità collegarsi con Essa a cui poi non si può fare a meno,come la corsa lo diventa per noi podisti. Non voglio dare il nome di " un DIO " a questa Spiritualità, ne spingere qualcuno verso " un DIO " (io penso che molti facciano un continuo slalom per non incontrarlo ma che prima o poi ci vadano a sbattere contro, Lui aspetta solo quello), perchè, penso che ognuno debba scoprire ciò che potrebbe essere per lui.
Parlare di queste cose, non è facile, perché siamo troppo abituati a sentir parlare della cattiveria e impotenza Umana e non della virtù e potenza Umana, ed è troppo facile fare il male e difficile fare il bene, mentre dovrebbe essere tutto l'opposto.
Noi dovremmo cercare di avvolgerci di tutto ciò che è buono e bello, di ciò che ci rende allegri e felici, creandoci una protezione contro la negatività che ci circonda.
Questo non vuol dire che non siamo coscienti della realtà che ci circonda, il libero arbitrio che tanto noi vogliamo, è riconoscere l'esistenza stessa del bene e del male, e proprio conoscendo questa situazione si deve comunque andare avanti affrontando tutti i problemi con la massima consapevolezza.
Tutte queste parole potreste considerarle parte di un discorso puramente retorico, ma per me è stato scrivere ciò che ho vissuto di persona, apportando dei cambiamenti nel mio vivere la Vita.

Le 7,58 … "anche stamattina sono a rischio-ritardo".
Mentre chiudo la porta a 4 mandate, mi blocca il pensiero che cambiare sede di lavoro non mi ha poi messo così al riparo da quella cattiva abitudine di timbrare sul filo del rasoio.
Quando lavoravo fuori città avevo almeno l'alibi dei chilometri da percorrere: 10 estenuanti chilometri da valicare spesso a passo d'uomo in colonna nel traffico; ma ora ? ora lavoro a non più di 150 metri da casa, sono talmente vicino che dal mio letto posso vedere l'ufficio. Certo, ora i tempi del risveglio e della colazione sono più pacati, non sono costretto a vivere lo stress dell'automobilista intrappolato nella coda ma … rischio comunque troppo spesso di timbrare in ritardo… "è tardi, è tardi, È TARDI!"
Salto i gradini a 2 o 3 per volta, aggrappandomi alla ringhiera. Suono l'apricancello e via ! Raggiungo il marciapiede.
Il campanile batte le 8, ma lo so: è un po' in anticipo; con abile mossa dribblo il pullman che quotidianamente tenta di stirarmi la camicia e guado la via, sempre invasa da ogni tipo di veicolo e da gente a piedi. "Ce la faccio", mi basta allungare un pochino il passo; non proprio una corsa, nemmeno una marcia, è sufficiente un buon passo, un passo lungo e veloce… va beh: sto correndo.
In questa gara contro il tempo non sono solo; supero due colleghi: il primo ha deciso che non ce la farà e cammina come se andasse per vetrine; l'altro invece mi tallona. "mi spiace amico, troverai la timbratrice occupata dal sottoscritto".
Irrompo in portineria, afferro il cartellino, la sveglia timbratrice è lì, a soli tre lunghissimi passi. DLIIN!
Le otto zerozero, benvenuto nel magico mondo di NMG.
Dopo nemmeno un secondo l'orologio scatta sulle 8,01; il collega sconfitto timbra, impreca qualcosa e si dilegua. Non so perché mi fischiano le orecchie: sarà mica che s'è incazzato con me?
Mi avvio verso le scale, la scrivania mi attende al 3° piano, 6 rampe e circa 70 gradini più su.
Superato il 2° piano mi sento un pochino flaccido, le gambe mollicce e il respiro pesante; non è che sono affannato, sono solo un po' ansante, forse un po' trafelato… va beh: ho il fiatone.
"Sono proprio una larva, ho 27 anni e mi affloscio per una corsetta di 100 metri e 2 rampe di scale; devo decidermi a fare un po' di sport".

Il magazzino di articoli sportivi non ha niente in comune con i centri della grande distribuzione del 3° millennio, ma nel 1987 pareva offrisse solo le cose migliori.
In realtà, per gli articoli relativi alla corsa, la scelta è ristretta fra due marche, presenti con un paio di modelli. Ma i prezzi sono comunque da boutique. Mi sveno per l'acquisto di un paio di scarpe Asics Tiger Idaho, che "per la corsa sono ottime: sono quelle che sto vendendo di più!".
Sono pochissimo convinto, ma siccome di corsa ne ho fatta poca e ne capisco ancor meno, e non avendo alternative, procedo con l'acquisto; d'altra parte, non mi trovo nella boutique dello sport ?!
Ora però devo pensare anche all'abbigliamento, non posso certo correre con jeans e maglione; vicino all'ingresso hanno piazzato un cestone, avanguardia dei tempi odierni, ricolmo di abbigliamento di scarso appeal ma col grande pregio di avere un prezzo contenuto. Ostentando disinteresse per gli sguardi di disapprovazione della commessa, aspetto l'attimo in cui pare che nessuno mi guardi e riesco ad estrarre 2 maglie a ½ manica di cotone bello spesso, una di un rosso un po' stinto, l'altra di colore azzurrino, entrambe con la scritta "RUNNER" sul petto. Sono di taglia L, per la verità un pochino abbondanti per le mie spalle, ma il prezzo è di quelli che non ammette ritrosie; acchiappo anche due calzoncini, pago e me ne vado.

Sono passati circa 3 mesi da quando ho iniziato a correre.
Dapprima nel parco vicino a casa, sempre di sera e con il buio, perché mi vergogno un pochino a correre intorno ad un'aiuola. Gambe e fiato sono quello che sono e non mi consentono di affrontare lunghi giri; se dovessi azzardare non riuscirei a tornare a casa.
Poi poco a poco ho acquisito l'autonomia necessaria per fare 10 km senza fermarmi, grazie anche a Paolo che talvolta mi accompagna. Lui, contaminato da Lucio, ha già corso la 100 km del Passatore; Lucio ne ha concluse ben 13.
Le scarpe che mi erano state caldamente consigliate nella boutique dello sport mi hanno provocato un dolore molto forte alle ginocchia, con conseguente sospensione degli allenamenti.
Nel frattempo, però, ho acquisito la competenza giusta per procedere ad un nuovo acquisto.
Non c'è che dire, ho compiuto tanti bei progressi e cambiamenti e in così poco tempo.
Quel che non è cambiato, invece, è la cronica tendenza ad arrivare in ufficio sul filo del… ritardo; però non arrivo più al 3° piano con il fiato corto.

È una domenica mattina fresca; la maglietta rosso stinto, pur essendo fatta con cotone bello spesso, fatica a scaldare le mie povere costolette, coperte dalla pelle e da qualche grammo di carne.
Davanti la chiesa di S. Lucia molti runners si riscaldano, in attesa del via ufficiale della strabergamo; con la mia autonomia di 10 km scarsi, mi sento un pochino fuori posto mischiato fra questi draghi della corsa, ma anche io, come loro, voglio evitare di restare invischiato nella marea di marciacontinui che tra poco invaderà tutto.
Mentre attendo, in compagnia di mio fratello Paolo, ci raggiunge il Lucio.
Nelle scorse settimane ci aveva "buttato lì" la proposta di mettere in piedi un nuovo gruppo podistico, alternativo a quanto presente nell'ingessato panorama della corsa bergamasca.
E così, mentre lo starter spara il colpo del VIA! e noi iniziamo a fuggire, ci accordiamo per incontrarci la sera successiva ed iniziare a discuterne.
Dopo poche centinaia di metri Lucio e Paolo sono ormai fuori dalla mia portata visiva, ancora un poco e sono risucchiato dall'orda; rivedrò amici e parenti solo al traguardo.

La bottiglia di vino rosso, appoggiata sul tondo tavolo di bilaminato bianco e circondata da 5 larghi bicchieri di vetro massiccio, sembra una vittima sacrificale, preoccupata perché presto qualcuno le farà saltare il tappo; il vino sarà una costante nelle riunioni della costituente e spesso svolgerà un'azione decisiva durante le discussioni.
La stanza è freddina, forse a causa di una parete fatta con pietre che faticano a trattenere il calore, forse perchè l'abitazione del Lucio è al piano strada e circondata da alti palazzi, per cui il sole deve proprio sforzarsi per colpire le sue finestre.
Finalmente il tappo viene tolto di mezzo ed il vino cambia momentaneamente sede, finendo nei Duralex che poco si addicono a questo bel vino rosso corposo; io non sono un gran bevitore, per cui mi limito a berne solo qualche sorso.
Ma nei mesi a seguire, quando l'inverno sarà padrone di casa e prenderà comodamente possesso delle stanze di via S. Bernardino 76, ne farò uso per tentare di scaldare le mie povere ossa. Il Lucio infatti non accende mai la caldaia; lavorando all'aperto è abituato alle temperature rigide e quindi sta bene anche se in casa ci sono 15°.
La costante delle riunioni, oltre al vino, saranno i cappotti indossati dagli presenti come se si trovassero all'aperto e la caldaia che, generosamente accesa alle 21:00, inizierà a scaldare i pesanti caloriferi di ghisa solo a incontro praticamente finito.
Per questa sera, ignaro di quel che mi aspetterà nei prossimi mesi, mi rassegno a subire gli sfottò del Lucio che prende di mira la mia quasi astinenza dal bere.
Gli altri bicchieri sono invece facile preda di Paolo, Picchio e Ciuffy.
I "lavori" iniziano perciò con un bel brindisi e con le presentazioni.
Ciuffy lavora alla BAS di Bergamo ed è un collega di Lucio; qualche anno prima hanno avviato un'associazione fra i dipendenti BAS per svolgere attività ricreative dopo-lavoro in contrapposizione al CRAL aziendale: i "FO' DI STRASS" che dopo aver vissuto un fulgido periodo ora vedono un momento di appannamento.
Picchio è loro amico, appassionato di roccia ed escursioni in montagna, affascinato dalla corsa.
L'origine dei loro soprannomi, però, non mi è nota.
Stasera ci limitiamo alle dichiarazioni d'intenti, ma il primo passo è stato compiuto.

La caldaia è alla massima potenza, ma il calorifero è solo tiepido; stasera, nonostante abbia addosso il mio giaccone imbottito, mi pare faccia più freddo del solito. Forse sarà perché, seduto alla tavola rotonda, mi è capitato il posto vicino al muro di roccia, in inverno quello più sfigato.
Il bicchiere a un metro da me promette un po' di tepore, ma per bere dovrei togliere le mani da sotto le ascelle, dove le ho ficcate subito dopo essermi seduto, e l'idea non mi piace; per cui traccheggio. Ma ora tutti stanno bevendo, così mi adeguo e costringo la mano ad abbandonare la tana.
Subito il vetro trasmette la sensazione di freddo alle dita ed il vino, ovviamente a temperatura ambiente, non mi riscalda come promesso, anzi mi ruba ancora un po' di calore. Anche oggi il Ciuffy non è presente, mi sa che il Gruppo lo metteremo in piedi in 4; stasera dobbiamo scegliere il nome ed il simbolo.
Il Lucio ha preparato un bel po' di bozzetti, tutti disegnati e colorati a mano (il pc grafico era ancora un oggetto per pochi eletti al mondo).
Vorremmo dare al Gruppo una connotazione di sinistra, e la cosa deve risaltare già nel nome e nello slogan; fra le tante proposte spiccano "Copudisti, Comunisti Podisti", oppure "collettivo di strada".
Sarà perché i Fo' di Strass ancora aleggiano oppure perché davvero ci piace pensarci come persone un po' "fuori", alla fine scegliamo FO' DI PE - PIEDI NERI, PERCORSI ROSSI; vorremmo che le attività non siano indirizzate alla sola pratica sportiva, ma anche al sociale: fuori dai piedi, appunto. A proposito di piedi.
Invece che piedi, le mie scarpe contengono 2 bei ghiaccioli al tamarindo; mi alzo per leggere il termometro: 13 gradi. Se mi metto proprio all'altezza del mercurio forse leggo 14.
"Giuro, giuro. Solennemente lo giuro! La prossima volta mi porto lo scaldasonno e mi ci attorciglio come un involtino".

La bottiglia di vino rosso, appoggiata sul tondo tavolo di bilaminato bianco, è circondata da 4 larghi bicchieri di vetro massiccio.
Presto qualcuno farà saltare il tappo, ma questa sera il vino non servirà solo per sciogliere la favella dei presenti: questa sera il vino servirà per festeggiare il varo del nuovo Gruppo podistico.
Ci eravamo posti l'obiettivo di mettere in piedi il nuovo soggetto entro l'anno e possiamo dire di esserci riusciti; dopo qualche settimana di serrate discussioni, le nostre abili menti hanno partorito lo statuto che servirà a regolare tutte le nostre attività e questa sera firmeremo l'atto costitutivo dei Fo' di Pe.
Come al solito sono l'ultimo ad arrivare. L'atmosfera è un po' strana perché oggi è festa.
L'Epifania è una festa un po' sfigata, ma è pur sempre una festa e non sono abituato a trovarmi con gli amici in serate che non siano feriali, anche se oggi è venerdì.
Lucio è alla macchina da scrivere e sta scrivendo l'atto costitutivo su un foglio.
Poche battute, 4 righe di testo e l'atto è pronto.
Iniziamo a firmare.
Il tappo della bottiglia salta.
Alla fioca luce di una lampadina di 25 candele e con un brindisi al vino rosso, il Gruppo podistico Fo' di Pe vede la (poca) luce la sera del 6 gennaio 1989 per mano di Paolo, Lucio, Claudio e Adelio.
Dopo molto discutere, questa sera dobbiamo solo festeggiare e versare al cassiere la prima rata della quota associativa.
Mentre torno a casa, mi assalgono i dubbi: "ora dobbiamo farci conoscere, acquistare una maglia che ci identifichi durante le corse; ...chissà quanto dureremo, magari fra pochi mesi avremo già chiuso..."

karestia

20 Anni di Fo' di pe

Per prima cosa auguri a tutti i soci, oggi è la nostra festa.

Festeggiare un anniversario è sempre importante, quello dei venti anni lo è ancora di più ... perché dopo tanti anni dalla fondazione è bello essere qui a raccontarlo.

Penso alla soddisfazione che devono provare i quattro "temerari" fondatori, guardandosi indietro nel vedere quanta strada è stata fatta e quanto di buono è stato costruito.

Quante storie devono aver vissuto e quante devono averne viste. Do loro un consiglio: perche non le raccogliete tutte in un libro ?

Mi sembra già di sentire Karestia che mi dice "manca doma ol leber de scrif !!!".

Di questa lunga storia ho vissuto solo la più recente, relativa all'anno appena trascorso.

Quello che posso dire senza dubbi è che i Fo' di Pe sono un gruppo di persone incredibili, oserei dire un po' fuori di testa è questo sicuramente li differenzia da tutti gli altri ma non solo.

Perché la differenza principale sta in quello spirito di affrontare gli allenamenti insieme, i ritrovi del lunedì, le gare.. difficile da descrivere .. Spero che questo spirito non venga mai meno perché senza diventiamo i "Runners Valbrembo" .

La mia speranza , che questo spirito possa essere raccolto dai soci giovani (io sono tra questi..), per costruire qualcosa di importante anche in futuro.

E quindi l'occasione dell'anniversario deve essere anche un momento di riflessione non filosofica, per fare dei bilanci e per pensare anche al futuro. Mi chiedo se dobbiamo continuare come oggi, ad organizzare le 3 gare (Valbrembo al galoppo, Quisa e Flores) raccogliendo consensi ovunque e anche sul sito (brao Forvezeta !!) oppure fare un passo ancora più in grande, organizzando una gara più prestigiosa quale può essere mezza o addirittura una maratona su strada ? Oppure non organizzare più nulla, se non ritrovi per i soli soci ?

A questo punto il buon Karestia, me lo sento con fiato sul collo!!!

Come diceva Peppino in un film con il mitico Totò, la professione del barbiere è una missione e la nostra quale missione deve essere negli anni a venire ?

Io non ho la risposta, ma l'auspicio di continuare ancora in questo modo nei prossimi anni, oltre la prima generazione, dei forvezeta, pannocchia, karestia, ecc ...

E per finire auguri ancora a tutti ed un grazie in particolare a Forvezeta, Vengo, Pannocchia, Karestia, Sei Secondi, Velo, Tuono, e tutti quelli che hanno portato avanti lo spirito, non solo correndo la maratona magari sotto le 3 ore, ma anche a tavolo tra una portata e l'altra, tra un bicchiere e l'altro, durante i vari momenti di ritrovo, perché mi permetto di scrivere che, senza il loro contributo, oggi non saremmo qua a festeggiare questo evento.

Innominato

EMOZIONI DI CORSA

Sono gli anni dell'incoscienza, si fanno nottate da bagordi, si fumano mediamente 40 sigarette al giorno e le serate trascorrono quasi sempre al bar, con gli amici. Alla soglia dei 33 anni decido di cambiare vita, abbandono amici e vizi per non entrare nel baratro senza ritorno e tento di rimodellare il fisico, gravato da 74 kg, dedicandomi alla corsa. L'avevo sempre vissuta da fuori questa disciplina, toccando con mano le sofferenze di Lucio alla 100 km del passatore, con le esperienze da accompagnatore sul finire degli anni settanta e seguenti anni ottanta. Ho ammirato le imprese del Bazza da Firenze a Faenza e ripetevo che mai avrei sopportato il dolore, le ore di preparazione ed il sudore delle gare. Bene, per iniziare un paio di scarpe da ginnastica, una tuta ed il 10 febbraio 1990 esco per la prima volta. Dopo 300 metri mi fermo ed inizio a camminare, riprendo dopo 5 minuti e faccio altri 200 metri e così via. Quando rientro a casa dopo mezz'ora sono contento anche se a malapena avrò corso 1000 metri, intervallati da pause sempre più lunghe. Non desisto ed in estate riesco a fare 10 km senza fermarmi e sono strafelice, la taglia dei pantaloni è cambiata e le privazioni non mi pesano. A fine anno conto i km percorsi e siamo a 1500, ma quanta sofferenza. Mi gaso e decido di continuare fissando un obiettivo: voglio esordire in una gara competitiva, vado in edicola, trovo Correre, lo prendo ed inizio a sfogliarlo. Mitica la maratona di Venezia, 6^ edizione, ma ottobre è troppo vicino, non ce la farò mai ed allora fisso l'appuntamento per il 1992. Continuo nelle uscite e nel 1991 arrivo a 5 settimanali per un totale di 2500 con distanza massima 21 km. Corro sempre in solitudine, non conosco i ritmi, vado sempre a sensazione e stabilizzo il peso sui 62 kg. Tanto sono impegnato col pensiero che non mi passa per la testa di cercare amici che corrono, una società e di fare qualche gara prima della distanza classica. In primavera inizio ad inserire lunghi sui 26 km con ritmi che aumentano ma che non mi danno nessun riferimento, vista la mia ignoranza in materia. Che obiettivo mi pongo per la maratona? Non ho idea, si vedrà. Mi iscrivo alla 7^ Venice Marathon del 11 Ottobre e da luglio in poi aumento gradualmente; 6 lunghi di 33 km e due di 36 ad un mese dalla gara, quest'ultimi fatti ad una media di 4'20''. Le tabelle di Correre mi danno fiducia e penso di finire abbondantemente sotto le tre ore. Ci siamo, alloggio a circa 1 km dalla partenza di Strà e la mattina, dopo una piccola colazione, mi avvio tremante alla partenza. Adesso sento la gara, vedo tutti che controllano l'orologio, parlano di ritmi, di ristori, ecc., io guardo la mia compagna e la coppia di amici al seguito e quasi vorrei scavalcare le barriere ed andarmene. Arriva lo sparo e nessuno corre, si cammina fino a quando la strada si allarga ed allora mi libero dalle ansie e parto seguendo un gruppo con ritmo regolare che viaggia intorno ai 4'10'' al km. Fila tutto per il verso giusto fino al 30° quando piano piano inizia la crisi, sento i muscoli tirare ed il passo accorciarsi, sotto una pioggia che bagna questo esordio. Al 35° mi fermo con i crampi, riprendo quasi subito, recupero fino alla zona del porto e passato il ponte di barche, mi si bloccano i polpacci e non riesco più a correre. Stringo i denti, corro, mi fermo, riparto, fino a quando passo da piazza S. Marco ed intravedo il traguardo. Inizio a piangere, non per i crampi ma per la grossa emozione che mi assale, sono felicissimo, faccio una volatona e termino in 2h 57' 48''. Si conclude così la mia prima gara competitiva e passata l'emozione resta il rammarico per il finale non bello, dove la sofferenza mi ha fatto capire che la maratona è una brutta bestia. Anche i miei accompagnatori sono dispiaciuti per la gara finita male ed allora decido su due piedi di ritentarne subito un'altra. Ancora 42,195 metri in quel di Cesano Boscone, 08 Novembre 1992, sempre con supporters al seguito. Arriviamo in una mattinata fresca e per scaldarmi faccio una corsetta ancora in tuta ed incrocio un amico che

non vedevo da anni. Cosa fet che? Ciao Lucio, faccio la maratona! Ghe crede mia, t'è sciopat ol co? No guarda che ho appena fatto Venezia ed è andata male. Cosa et fac? 2h57'48''. Ma set mat, in dì fò di pe ghe zet che la pagherès per andà sota i tre ure. Dici davvero? E cosa sono i fò di pe? I fò di pè l'è ol nost gruppo, ghe det i brignoi, se regordet in di Commandos? Ma te per chi coret? Come libero, ho appena iniziato. Ve det con noter. Va bene dove vi trovate? In dè me cà, in largo Tironi. Ok ci vediamo. Torno alla macchina tutto contento e porto la notizia. Sapete che il tempo di Venezia è un gran tempo? Me l'ha detto il Lucio. A questo punto la gara assume un altro valore, gioisco adesso della prestazione di Venezia e sono contento perché entro in un gruppo dove correrò in compagnia ed imparerò i segreti del mondo podistico. Sulle ali dell'entusiasmo parto ancora forte per poi rallentare per problemi muscolari e terminare comunque sotto le tre ore, 2h59'25''. Mi presento al lunedì a casa di Lucio e da gennaio 1993 entro nei fò di pe. Siamo in pochi, si parla principalmente di gare, il necessario per accendere la miccia della preparazione mirata, finalizzata alla maratona. Seguendo i consigli di Millemosche, inizio ad avere riferimenti immediati, punto alla maratona di Vigarano del 21 Marzo 1993, esordio ufficiale con la maglia verde fò di pe. Altra giornata emozionante, si valuta il crescendo di condizione e la condivisione con il gruppo, dei risultati e della trasferta. Interpreto bene la gara, il riferimento è 4' al km e le braccia alzate in segno di giubilo stampano il tempo indelebile di 2h48'03''. Grande esordio, tanti complimenti e prime richieste di informazioni. Chi el chèl le. Chi è, vero. Era uno che se continuava a fare lo stupido finiva male, che mai avrebbe pensato di correre ed invece adesso si gusta un tempo strepitoso alla 3^ gara competitiva, tutte maratone. Decido di provare la mezza e due settimane dopo mi allineo alla Stramilano ed esce una gara tirata, con ritmi mai sostenuti, e finisco in 1h17'01''. Dove diavolo posso arrivare con questi tempi? Chissà, mi sento bene ed il 25 Aprile altra maratona, Torino con partenza da Avigliana ed altro miglioramento, 2h43'16''. Comincio a rendermi conto che per migliorare ulteriormente servono allenamenti con lavori specifici, inserisco qualche ripetuta e tanti corti veloci ed arrivo a 500 km mensili. A settembre in quel di Ciserano vinco il campionato provinciale su strada e per la prima volta appare su l'eco di Bergamo il mio nome associato alla celeberrima maglietta fò di pe. Il crescendo successivo è suggellato dai personali in mezza a Busto Arsizio, 1h15'10'' il 26/09/93 ed in maratona a Torino, 2h41'28'' il 24/04/94. A questo punto cambio radicalmente e trascinato dal gruppo mi pongo come obiettivo la 100 km del Passatore. Allenamenti lunghi, basta ripetute e giù km a non finire per vivere finalmente da protagonista la gara che ho visto tante volte dall'esterno e che ho ammirato per il fascino ed il coinvolgimento degli spettatori lungo il percorso. Millemosche mi tranquillizza e mi consiglia di partire piano e risparmiare energie fino a Marradi, per poi attingere dalle riserve la benzina per arrivare a Faenza. E così faccio, rispetto per la distanza e gara in crescendo con tempo finale di 9h56'33'' per l'edizione del 27 maggio 1995. L'anno successivo accuso problemi fisici, non riesco ad allenarmi ma decido comunque di partire. La giornata calda ed il fondo mancante mi portano al ritiro al 75° km, steso sulla lettiga della croce rossa che mi porta a Faenza con la flebo attaccata. Lascio sull'asfalto Toscano tutta la forza di cui dispongo ed il

CAT. G: Gerardo Togni ha portato la sua celeberrima maglietta «fò di pe» ad un bellissimo e meritato successo, lottando fin sul traguardo con Grizzuti; più staccati Smalfa, Schinelli, Gambirasio.

ritiro segna la riscossa, mi fisso sulla 100 e lascio perdere il resto. Faccio poche gare, mi dedico alla preparazione e macino km, sacrificando definitivamente la velocità e l'ipotesi di migliorare mezza e maratona. Arrivo a Firenze con la convinzione di fare un buon risultato e nel 1997 ottengo la 79^ posizione in 8h52'00'' e nel 1998 la 27^ in 8h41'44''. Quest'ultima è la gara che ricordo più di qualsiasi altra, arrivare a Faenza prima di mezzanotte in una piazza gremita, ancora in buone condizioni fisiche, mi ha dato le più forti emozioni del XX secolo. E' un momento che non scorderò mai, tanta è stata l'emozione e la felicità per aver raggiunto un così significativo risultato. Purtroppo è coincisa anche con l'ultima gara nei fò di pe, prima di lasciare il gruppo nel 1999. Vicissitudini ed impegni familiari mi hanno allontanato dalle competizioni e dai fò di pe, anche se la corsettina settimanale l'ho sempre fatta, sempre più piano e con pochissimo entusiasmo. Nel 2005 mi arriva un invito di Vengo col tempo per la cena sociale fò di pe, dice che spesso mi incrocia correndo sui colli. In effetti le cose sono cambiate, i figli crescono e non hanno bisogno del genitore e quindi mi ritrovo a correre più spesso, ancora in solitudine. Ok ci vado e poi ho sempre avuto un ottimo rapporto col gruppo e se decido di rientrare lo faccio solo nei fò di pe e poi voglio proprio conoscere questo vengo col tempo. Serata come sempre allegra, facce nuove, conoscenze nuove, leader vecchi ancora presenti, ci sono gli ingredienti necessari per riavvicinarsi e riprovare. Mi presento in via Furietti, nuova sede e faccio la riaffiliazione, mi sento a casa, i vecchi amici ci sono tutti, vado sul sicuro. Da dove partiamo? Ma da Venezia, non ci sono dubbi. Una decina di gare minori per ritrovare il ritmo ed i tanti amici nell'ambiente delle corse amatoriali che ho perso di vista. Ogni volta è un ritrovarsi, quello che non arriverà più è il ritmo gara, siamo molto lontani dalle prestazioni migliori, non importa, adesso capisco veramente quello che son stato in grado di fare e son felice di essere ancora in pista. A Venezia termino la maratona del rientro in 3h54'40'' con le stesse identiche sensazioni dell'edizione 1992, con le lacrime agli occhi mentre attraverso piazza S. Marco, assalito dai crampi e dalla febbre. Identica cosa al Passatore 2008, taglio il traguardo in 14h21'09'', dopo 10 anni esatti dalla più bella gara della mia vita. Per quanto riguarda i fò di pe, il cambiamento di questi ultimi anni è evidente, stiamo crescendo come adesioni, attività ed organizzazione. Il lavoro è aumentato e certe volte bisogna sacrificare una buona parte di tempo per seguire la crescita del gruppo e le esigenze dei tesserati. Non è facile dare la disponibilità, mettersi in prima linea ed assumersi responsabilità. E' comunque un sacrificio necessario se vogliamo restare uniti, se vogliamo crescere e divertirci, se vogliamo trovare emozioni nella corsa. La serenità nella vita arriva dalle cose in cui crediamo e che vediamo esaudite, lasciare un vuoto, che sia un incontro, un'emozione o un momento di vita ci priverebbe di una parte importante, l'amicizia.

forvezeta

Il nuovo che avanza…….

Tutto inizia nel Gennaio 2008.
Ormai sono passati 5 anni da quando mi sono innamorato di questo sport ed era giunta l'ora di iscriversi ad una società,ma a quale?
Faccio una piccola ricerca sulle società della provincia e non so che fare...
Mi viene in mente però che negli anni passati ho partecipato alla corsa sulla Quisa e ricordo che l'accoglienza di questo gruppo era stata veramente calorosa.
Tutto organizzato in maniera perfetta grazie a persone che amano la corsa come me.
Decido quindi di informarmi e grazie anche al sito della società provo a vedere se qualcuno risponde.
Le mie richieste vengono subito esaudite e per la prima volta mi reco a Valbrembo nella sede Fò di pe.
Il mio primo incontro è con il mitico Velo, subito vengo accolto benissimo e mi viene spiegato un pò tutto ciò che sta dietro alla società.
Alla spicciolata arrivano anche tutti gli altri e capisco subito che questo era proprio quello che stavo cercando, gente a cui piace divertirsi e stare insieme!
Entro a far parte di questo meraviglioso gruppo ai primi di febbraio e da quel momento è cambiato un pò tutto, naturalmente in meglio.

Purtroppo l'inizio non è dei migliori, dopo neanche una settimana al Trofeo Monga il mio ginocchio comincia a farsi sentire e sembrerebbe che la cosa sia abbastanza seria. Cerco di non far trasparire troppo il dolore ed essendomi già iscritto alla mezza maratona di Treviglio decido di partecipare.
Questo è stato una grande errore, riesco a concludere la gara ma gli ultimi 10 km sono un vero e proprio calvario.

Dopo una visita medica mi viene riscontrata un'infiammazione al tendine rotuleo, la troppa voglia di correre questa volta ha giocato un brutto scherzo e mi costringe a rimanere fermo per circa 2 mesi.
Dopo un lungo riposo ed onde d'urto riprendo l'attività agonistica partecipando alla Brescia Ten. Le sensazioni questa volta sono buone ma non voglio forzare troppo e questa si rileverà la giusta "ricetta" per iniziare una stagione in cui sono riuscito a togliermi delle belle soddisfazioni e che purtroppo era iniziata con il piede sbagliato.
Un ringraziamento va anche alla società della Valetudo Skyrunning Italia che mi ha permesso di correre la Skyrace della Rosetta in coppia con Ivo, una gara dura che comunque mi è servita per arricchire il bagaglio nell'ambito delle corse in montagna.

Per concludere vorrei dire che la scelta dei fò di pe è stata sicuramente la migliore e ringrazio tutto il gruppo per i bei momenti trascorsi insieme e spero che il prossimo anno sia ancora più bello di quello appena passato. Grazie ragazzi!

Cucciolo

Vengo… Fo' di pe, Col Tempo (ma) vengo

Una serata di fine settembre '98, Bruna, mia moglie, m'invita a partecipare ai festeggiamenti di Lucio Bazzana,un tipo un po' "fuori di testa", come diceva lei all'epoca (e anche adesso per la verità). Calici rasi di buon vino alla mano, in un "baretto" di Bergamo città, una bella "combriccola" celebra l'impresa del Cav.Millemosche: record Italiano di 24 h su strada con i 236 km percorsi a Verbania. La serata passa allegramente, i racconti "epici" del personaggio sono affascinanti e, devo confessarlo, anch'io comincio a pensare come la Bruna.
Nel 1996 corre la Spartathlon (245 Km, tra Sparta e Atene) piazzandosi al settimo posto, miglior risultato italiano di sempre in una gara considerata tra le più massacranti della specialità dell'ultramaratona oltre che essere,indiscutibilmente, la più rinomata.
Mamma mia ! ma come fa: io per correre i soliti 15 km nelle non competitive domenicali, faccio una fatica bestia, rimango incredulo.

Mentre il Cavaliere entrava nella storia dell'ultramaratona italiana, io cominciavo a fare le prime "incursioni" lungo le strade dei Colli Bergamaschi; insieme a mio fratello ed un collega di lavoro, si correva una o due volte la settimana, per mezz'ora.
Da lì a poco, fu breve il passaggio alle non competitive.

Avevo smesso di praticare l'attività sportiva da ben tre anni.
Il calcio, insieme al basket, era uno dei miei sport preferiti. Iniziai a giocarlo fin da piccolo.
Tirai i primi calci ad un pallone in un oratorio cittadino, per poi continuare a farlo nelle giovanili di una Società della Bergamasca. Un trasferimento presso un'altra Società, la solita trafila nel settore giovanile fino alla prima squadra con la quale giocai alcune partite.
Smisi di giocare,i sogni di diventare un calciatore di professione erano, con l'avanzare dell'età,svaniti.
Avevo una discreta tecnica di base, ma soprattutto ero un gran corridore, non veloce, un centrocampista che non si fermava mai, abbinavo corsa e qualità e facevo anche goal, alla..Tardelli, il mio giocatore ideale.
Naturalmente, con il "Tardelli", non centravo proprio una bella mazza; proseguii un po' a giocare qua e là, fino a smettere definitivamente col calcio nei primi anni '90.

Da ormai quattro anni non faccio sport con una certa continuità, mi sento appesantito fisicamente, c'è un po' di "pancetta" sugli addominali, ma niente di grave, ho bisogno di uno sfogo mentale, devo tornare a fare un po' d'attività fisica, perché non provare con quella più naturale?
la corsa per esempio ?

Mi è sempre piaciuto correre, ero uno di quei pochi che terminavano gli esercizi programmati dal“Mister”, molti compagni di squadra, furbescamente, riuscivano in un modo o in un altro, a non svolgere di corsa i giri di campo previsti; io no, cercavo sempre di aggiungerne uno ad un altro…

<< Marco perché non vai a correre con Lucio? con i Fo’ di pe? >>
<< C’incontriamo di lunedì sera, nella sede di Largo Tironi, se vuoi vieni a fare un salto>>

Stasera ho deciso di fare il “ salto”; ormai sono troppe le volte che ho promesso di farlo.
Assieme a Gigi e Stefano faccio il mio ingresso nella sede, veniamo accolti simpaticamente e, dopo le presentazioni di rito, veniamo catapultati in una riunione, una vera riunione con un ordine del giorno…Usciamo dalla sede salutando e facendo capire di essere interessati all’ingresso del sodalizio, ma prendiamo tempo….Intanto qualche fo’ di pe comincia ha costruire un soprannome forse già pensato da tempo, visto le mie promesse, << *Vengo Col Tempo*>> qualcuno bisbigliava.

Il centro di Medicina Sportiva di Via Borgo Palazzo non mi rilascia il certificato medico agonistico, il Gruppo non è affiliato alla Fidal, un medico pignolo ha applicato la legge (sic..); prendono i soldi ma mi rilasciano un certificato di buona salute, con il quale non potrò, però, partecipare alle corse agonistiche. Fa niente, lascio perdere, ho deciso di rinviare il mio debutto, nel frattempo mi diverto a correre con i Soci nelle non competitive domenicali.

Ho deciso di entrare nei Fo’ di pe perché mi è piaciuto subito il senso collettivo del Gruppo, non m’importa niente di non essere affiliato alla Fidal, non sapevo neanche cosa fosse; per me era più gratificante il trovarsi tutte le domeniche per andare a correre, avevo finalmente ritrovato un gruppo con cui condividere la passione sportiva, avevo finalmente ripreso a fare Sport.

20 agosto 2000, Vengo Col Tempo, debutta con la maglia Sociale.
Corro insieme a Gigione, Tuono e Millemosche, il Gir dele Casere, 16 km circa, gara in montagna, durissima, sono quasi raggiunto da Millemosche, partito, però, da Bergamo e giunto sul posto (Pizzino) 5’ minuti dopo lo sparo del via: come inizio non c’è male.
Comincio a gareggiare in modo più frequente nel 2001, corro la prima “mezza” a Verona con il Pannocchia e la maratona di Bergamo con il Gigione.
Incredibili il Pannocchia e il Karestia che, d’allora, vivono di rendita con i loro tempi cronometrici di tutto rispetto e che non sono ancora riuscito a sfiorare.

Il Gruppo non sta passando un bel periodo, la stanchezza dei Soci fondatori si fa sentire, io in qualche modo cerco di assumermi alcune responsabilità, non mi ritengo all’altezza ma qualche stampella bisogna mettercela; sarebbe un peccato chiudere quest’esperienza…

Il 2003, un anno premonitore.
Per fortuna c’è la corsa, comincio ad appassionarmi, scopro le “ripetute”, il “medio” il “lungo” e il “ lunghissimo”; debutto nel maggio 2003 nel mitico “ Passatore”:un ricordo fantastico, 100 km, un’avventura temuta ma superata in modo perfetto.
Campo Coni di Bergamo, Cav. Millemosche, sta terminando la sua incredibile fatica, la 24 h del Delfino. E’ una giornata di giugno da caldo record, nelle ore notturne la temperatura non scenderà mai sotto i 20 gradi; manca un’ora al termine della gara, io e Gigione stiamo assistendo agli ultimi attimi di sofferenza degli atleti, mi scappa di dire:
<< Gigione ti sembrerà strano, ma mi piacerebbe provarci >>.

Abbattuto il “muro” delle tre ore in maratona, comincio a partecipare nelle varie specialità dell’ultramaratona: 6 h, 12 h, e le oramai, classiche 100km. Millemosche è di nuovo convocato in nazionale; a luglio dovrà affrontare una 24h in Austria, nella cittadina di Worschach.
Decido di fare il gran passo: mando l’iscrizione per la gara open programmata in contemporanea a quella del mondiale.

Ventiduesima ora, ho appena terminato un altro giro, 200 km percorsi, il mio obiettivo è raggiunto.
Dal monitor scorre la classifica: Marco Baggi è in seconda posizione. Cavoli, devo stringere i denti.
Forse esagero, una forte infiammazione muscolare mi costringe a fermarmi.
Termino, nonostante tutto, in ottava posizione con 202,768 km.
Una gran soddisfazione, quella giornata di fine luglio 2005, me la ricorderò sempre,la mia prima 24h.
I post-acciacchi non tardano a sopraggiungere, ma non mi danno noia, non li sento per niente
(non potrò però sostenerlo nei giorni successivi).

"Vengo" sul podio

24 h – Madrid 2007

Il gruppo è giunto ad una svolta, c'è in ballo il progetto "Distillato di Neopodismo".
Progetto ambizioso, nei prossimi quattro anni, la futura Associazione Sportiva Dilettantistica, oltre che prevedere una crescita del numero degl'atleti, dovrà diventare "la nuova realtà" del mondo amatoriale podistico; protagonista nell'organizzare gare,protagonista grazie al contributo di tutti i Soci .

Siamo molto vicini alla conclusione della storia dei Fo' di pe, il progetto pare ai molti un po' troppo audace, il gruppo riesce a malapena ad organizzare una gara, il numero degli Associati non è dei più numerosi, i vecchi appaiono sempre più stanchi…..

Gennaio 2006, nasce l'A.s.d. Fo' di pe. Cav. Millemosche trova due stampelle: Karestia e Vengo…

Mondiale di Taipei, 2006, Europeo di Madrid, 2007, Mondiale di Seoul, 2008.
Tre convocazioni Azzurre. Non sarò diventato un calciatore, ma tutto sommato sono contento cosi..
Ma che fatica!! Forse ho esagerato un po'; alla faccia dello sfogo mentale!!!

Sono passati quattro anni dal cambio di rotta;
non c'e che dire, se né fatta di strada.
L'Associazione si è comportata in modo egregio in tutte le manifestazioni organizzate; il numero dei Soci è notevolmente cresciuto e si è fatto anche di più di quello preventivato: l'a.s.d. merita di continuare ad esistere.

Qualcuno ha sognato, progettato e voluto che fosse.
Una semplice storia di lavoro condiviso,
una semplice storia collettiva nata 20 anni fa.

Sono un po' stanco, speriamo nel soccorso di qualche...
stampella, c'e da rimettere le scarpe, provo a rialzarmi,
c'è ancora qualcosa da dare……da fare.....

"Ultramaratone su strada. Dagli esordi ad oggi. Lo stato dell'arte".
di Stefano Scevaroli

Per capire come nacque l'ultramaratona, vorrei collegarmi alla nascita dell'atletica leggera moderna italiana, che nella seconda metà dell' "Ottocento" traeva origine dall'attività ginnica e dal professionismo. Tra le varie componenti che prepararono la strada all'avvento dell'atletica leggera moderna, nel nostro Paese ebbe parte quasi irrilevante quella studentesca che invece nell'ambiente anglo-sassone fu di fondamentale importanza. Di fatto la differenza tra mondo latino ed anglo-sassone è, sotto questo aspetto, ancora oggi notevole.

Ad esempio, dal 15 al 19 marzo 1869 a Venezia si disputò il Primo Convegno Ginnastico Italiano, che può essere considerato il primo campionato italiano di ginnastica. Ebbene tra le gare disputate, i ginnasti si cimentarono anche nei salti in alto ed in lungo, con e senza rincorsa, nell'asta (con un attrezzo di faggio lungo 3 metri), nel lancio da fermi di una palla di ferro del peso di 15 kg e nei 200 metri.
Le palestre erano allora all'aperto, in ampi spazi attrezzati con sbarra fissa, cavallina, parallele, anelli, cavallo, fune, pertica, manubri, ecc. I ginnasti erano non solo dei dilettanti, ma pagavano quote non troppo popolari per poter usufruire delle palestre. I programmi delle competizioni ginniche rimasero ricchi di gare di atletica fino alla prima guerra mondiale e molti dei migliori atleti furono, all'inizio del secolo XX, in realtà dei ginnasti. Poi negli anni Venti la ginnastica andò gradatamente assumendo la fisionomia a tutti nota.

La seconda origine in Italia fu quella podistica, nata sul piano della sfida o dell'esibizione professionistica. L'iniziatore di questo tipo di attività, ripeto in Italia, fu **Achille Bargossi**, un piccolo e nerboruto forlivese che il 21 agosto del 1873, a 26 anni di età, vinse una scommessa ammontante a 120 Lire riuscendo nell'impresa di coprire una distanza di 15 km circa in meno di un'ora. Negli anni a seguire fece assai meglio, vincendo somme rilevanti, imitato poi da tanti altri suoi emuli. Ci troviamo qui di fronte ad una realtà piuttosto diffusa all'epoca, quella dell'uomo-fenomeno. La maggior parte di questi giramondo che si esibivano sulle piazze, come Bargossi e soci, finì per confluire nel circo, mentre il podismo fu incanalato sui binari di un dilettantismo sportivo che si inserì di prepotenza nel panorama agonistico aprendosi anche alle gare su pista.

Dal 1897 al 1910 furono diverse in Italia le Federazioni podistiche nazionali che si succedettero nel governo di una attività che era appunto per lo più pedestre. Il cambio di nome della **Federazione Podistica** in **Federazione Italiana Sports Atletici,** avvenuto nel 1910, indica come ormai si stessero raccogliendo attorno a quel polo anche un po' tutti quei tipi di gare che fino ad allora erano stati gestiti dalla Federginnastica, ma che in realtà non erano propriamente ginniche.
Stava nascendo così l'atletica leggera italiana, anche se il nome del massimo organismo nazionale che la governa fu definitivamente fissato in **FIDAL** (Federazione Italiana di Atletica Leggera) solamente nel 1926. Naturalmente il confluire del podismo e di un ramo della ginnastica in un unico sport, appunto l'atletica leggera, richiese anche la costruzione di impianti adeguati. Fino allora si era gareggiato in ampie palestre, su circuiti stradali o sfruttando impianti di altri sport (ippodromi, velodromi, ecc). Nacquero così i campi specificamente costruiti per club di atletica leggera e gli stadi. I primi veri e propri stadi progettati tenendo presenti le necessità dell'atletica furono quelli di Verona (1910), Torino (1911) e Roma (1911), oggi tutti demoliti.

Perché abbiamo preso spunto dalla nascita dell'Atletica Leggera Italiana per collegarci all'origine dell'Ultramaratona ed in particolare di quella su strada? Perché il fondatore riconosciuto dell'Ultramaratona italiana è proprio lo stesso Achille Bargossi, che tra le sue imprese annoverò infatti anche alcune spettacolari sfide sulle lunghe distanze, la più famosa delle quali è senza dubbio una 24 ore corsa all'Ippodromo di Villa Massani di Roma, dove riportò quella che noi riconosciamo la prima miglior prestazione italiana sulla 24 ore. Era il 1879, esattamente il 9 e 10 giugno. In quell'occasione si trattò di una sfida tra il Bargossi e una cavalla, montata da un rinomato fantino di nome Napoleoni. Ma mi piace riportare quanto scritto dallo stesso Bargossi nella sua autobiografia "L'uomo locomotiva":

"La gara ebbe luogo fuori Porta del Popolo ed i patti erano i seguenti: 1) Si dovrà percorrere tanto spazio per 24 ore; 2) Il Napoleoni a cavallo ed il Bargossi a piedi; 3) Il cavallo potrà darsi al galoppo, al trotto, al passo e fermarsi; 4) Altrettanto potrà fare il Bargossi; 5) Il fantino dovrà essere sempre il medesimo; 6) Chi in ore 24 farà più giri nella Villa Massani, sarà vincitore.
La gara durò 23 ore e 35 minuti per parte della cavalla, il proprietario della quale non aveva più diritto al premio promesso di £. 1000 essendosi il cavallo fermato 25 minuti prima che spirassero le 24 ore. Tentai alla mia volta di riguadagnare i sette giri dei quali ero in perdita e ci sarei pervenuto se la folla avendo invaso il terreno non mi avesse posto nella materiale impossibilità di avanzarmi. Aggiungete che ebbi la disavventura di correre su d'un terreno ineguale e ghiajoso, per cui i piedi mi si erano in più parte feriti. Aggiungete ancora che m'era giunta la voce che buona parte degli incassi era stata sottratta per abuso di fiducia delle persone a ciò incaricate, e pensate come fossi disanimato, vedendo altresì che tutti gli incoraggiamenti erano per la bestia. Fu quella però una prova che mi meritò le lodi di tutti i giornali, e se ancor molto non mi restasse a dire vorrei qui riportare le relazioni estesissime dei fogli della capitale."

Sembrerebbe quasi leggenda, ma questo risultato appare in cima alla lista cronologica delle migliori prestazioni italiane sulla 24ore. Ne parla anche la stampa specializzata, prima fra tutti la Rivista "Atletica Leggera", quando questa distanza fu migliorata nel 1970 dal ventenne Andrea Rossi dell'Atletica Riccardi al Campo Scuola di Brescia.
130 anni circa fa il Bargossi era spinto a tali prestazioni dalla necessità di guadagnare qualcosa per vivere, girando l'Italia in cerca di esibizioni e scommesse, talvolta sfidando appunto dei cavalli. L'eco delle sua gesta deve aver lasciato un profondo ricordo ai suoi concittadini, perché il Comune di Forlì gli dedicò una via nel 1962. Ancora oggi c'è questa via con il suo nome. Per il Bargossi non fu l'unica esperienza nell'Ultramaratona, nel suo libro cita una esibizione da Milano a Torino (circa 150 km in 14 ore), a Napoli percorse in 28 ore quasi 183 km, in Francia vinse una sfida con il transalpino Dibbelz sulle 5 ore nel 1880.
Bargossi fu imitato da altri anche in questa disciplina: lo storico Marco Martini cita nella suo libro "Storia dell'atletica italiana maschile, da Bargossi a Mennea" la sfida di corsa da Verona a Mantova vinta dall'avvocato Ettore Cavallini (6h55:00) su Gustavo Stark (7h09:00). In breve tempo nacquero delle vere e proprie gare di Ultra.

Il 12 marzo del 1887 la storica società sportiva "Pro Patria" organizzò la prima edizione della 100 km, aperta a podisti e marciatori (diventò poi più famosa per la marcia). Un mese dopo (il 9 aprile 1887), l'altra storica società milanese, la Società Ginnastica Forza e Coraggio la imitò organizzando un'altra 100 km.
Dal 1887 al 1891 Luigi Bertarelli si rese protagonista a più riprese di tentativi di record di 100 km, di 12 ore e di 24 ore tutte sulla marcia. Un altro famoso podista Carlo Airoldi si rese protagonista sul finire del secolo in diverse gare di ultramaratona (50 km, Torino-Barcellona a tappe, Milano-Torino).
Nel 1898 alla 100 km organizzata dalla società Ginnastica Milanese Forza e Coraggio, partecipano ben 17 concorrenti (questa volta tutti di corsa).
Nel 1902 la Unione Pedestre Italiana (la federazione) omologa un tentativo di primato di Antonio Tarquini (S.G. Forza e Coraggio Roma): 43h 50:49, 4/5 dei 600 km effettuati a Roma in pista (scaglionati però in 30 giorni).
Nel marzo del 1906 sui 100 km, Dante Scotti (un forte marciatore/podista) migliora con 9h 07.00 il record di Arrigo Gamba (5-6 giugno 1897 Milano 9h 13.00) e anche il mondiale del francese Edouard Cibot.
Le vicende delle due guerre rallentano anche il succedersi di questi fenomeni.
Nel 1948, nella 100 km "Monza-Milano" le cronache parlano della partecipazione di Artidoro Berti, nato a Pistoia il 29.07.1920 e noto per aver ideato la Pistoia-Abetone.
Nel 1963 finalmente viene posata la prima pietra dell'Ultramaratona moderna: nasce la Torino Saint Vincent di 100 km. Nel 1971 parte la Bologna-Firenze e poi nel 1973 ecco arrivare la Firenze-Faenza, ovvero la 100 km del Passatore, nel 1974 la Marcia dei Castelli Carraresi di 50 km da Este a Montagnana poi trasformata nel 1975 in 100 km di Montagnana. Ma negli anni seguenti è tutto un fiorire di storiche Ultramaratone: come la Pistoia-Abetone, la 50 km di Romagna, la 100 km dei Gladiatori, la 100 km della Brianza e la Lupatotissima su pista, tanto per citare quelle che hanno totalizzato almeno 10 edizioni.

Nell'Ultramaratona le specialità su strada sono legate al fascino e carisma di alcune gare, che - per le loro caratteristiche paesaggistiche e grazie alla gente del territorio che le ospita - fanno la differenza con le specialità della pista, "costretta" a rimanere chiusa in uno stadio. Così sono maturate manifestazioni, che sono rimaste nel cuore della popolazione che le ospita, ma anche di numerosi partecipanti. Oltre alle nostre già citate, è importante ricordare le manifestazioni estere più anziane e più famose, come la "Comrades Marathon" di 56 miglia che si svolge nel Sudafrica dal 1921 (con la sola interruzione dei 5 anni della seconda guerra mondiale); la 100 km svizzera Biel-Bienne nata nel novembre del 1958 e tuttora tra le più partecipate in Europa; la 100 km francese di Millau nata nel 1972, la 100 km olandese di Winschoten.

In analogia alla crescita generale del movimento verificatosi in Italia negli anni 70 e 80 - in termini di gare e di partecipanti – ci furono anche buone prestazioni in Italia, che videro protagonisti atleti come Boris Bakmaz, i fratelli Gennari, Attilio Liberini, Vito Melito, Claudio Sterpin e poi ancora Cilia, Coletti, Di Gennaro, Viroli. Tra le donne, l'ultramaratona femminile faticò a partire in Italia più ancora rispetto a quanto avveniva all'estero. Tra le atlete che più si sono messe in luce in quegli anni citiamo Anna Zacchi, Renata Ortolani, Simonetta Cartoni, Giuseppina Randi, Amabile Salarino, ma l'unica nostra donna che si sia inserita nelle liste internazionali è stata la trentina Maria Teresa Nardin, in particolare nella 24 ore dove è rimasta l'unica italiana a superare il muro dei 200 km (211,090) fino al 2004.

Dopo una breve stasi e involuzione all'inizio degli anni 90, i risultati sono tornati grazie ad un rinnovato clima di fiducia ed entusiasmo, sorto grazie soprattutto al coordinamento della neonata Associazione IUTA, guidata da Franco Ranciaffi. Così gli atleti emergenti del periodo, tra cui citiamo soprattutto Stefano Sartori, Paolo Panzeri, Antonio Mazzeo, Lucio Bazzana nonché Rosanna Pellizzari, hanno cominciato a ben figurare anche all'estero e a stimolare tutto l'ambiente, atleti, dirigenti e tecnici.

Nel breve giro di alcuni anni sono arrivate le prime medaglie (agosto 2001) e dal 2002 addirittura i successi individuali e delle nostre squadre nazionali ai Campionati del Mondo e d'Europa, conquistati dai vari Mario Fattore, Mario Ardemagni, Monica Casiraghi, Paola Sanna, Monica Carlin e Antonio Mammoli.
Il primato Italiano della 100 km su strada, considerata la specialità principale dell'Ultramaratona è stato migliorato per le donne dalle 9.26.33 del 1987 (Simonetta Cartoni) alle 7.28.00 di Monica Casiraghi nel 2003. Quello maschile è stato portato dalle 6.37.10 del 1988 (Normanno Di Gennaro) alle 6.18.24 di Mario Ardemagni nel 2004.
Anche nella 24 ore la crescita è stata notevole, con la miglior prestazione italiana femminile portata da 200,754 km (Maria Teresa Nardin nel 1991) a 226,130 km conseguiti da Monica Casiraghi proprio pochi giorni fa. Gli uomini non sono stati da meno e la cosiddetta MPI su strada è stata portata a 249,876 km dal toscano Sergio Orsi nel 2005.

Da rilevare che oltre alle 20 medaglie individuali conquistate dal 2001 al 2007 (di cui 8 d'oro), sono arrivate addirittura 21 medaglie di squadra, a dimostrazione della ottima qualità complessiva del movimento italiano, che ora è chiamato alla prova più importante: quella del riconoscimento ufficiale della Federazione, riconoscimento che ha fatto passi da gigante in questo mandato olimpico, con l'istituzione di ben 3 prove di Ultramaratona, tutte su strada, nell'elenco dei Campionati Italiani federali. Così oltre alla 100 km già in programma da diversi anni, si sono aggiunte la 50 km e la 24 ore. Sono state riconosciute le maglie azzurre, il settore dell'Ultramaratona è in gestione politica ad un Consigliere Federale ed il coordinamento tecnico delle squadre nazionali è stato affidato al sottoscritto, esponente IUTA, inserito allo scopo nel settore tecnico della Federazione.

BEST 100 KM

atleta	tempo			denominazione competizione	data	luogo
Millemosche	7	55	40	Intermelia 100 km Track	08/04/2001	Camporosso
Forvezeta	8	41	44	100 Km del Passatore	30/05/1998	Firenze-Faenza
Voglio morire	8	50	18	100 Km del Passatore	27/05/2007	Firenze-Faenza
Vengo col tempo	8	53	20	100 Km - La Notte dei Leoni	19/07/2003	Jesi
Picchio	9	19	39	100 Km del Passatore	29/05/1993	Firenze-Faenza
Velo devo dire	9	35	6	100 Km del Passatore	01/06/2008	Firenze-Faenza
Gigione	10	19	40	100 Km del Passatore	29/05/2004	Firenze-Faenza
Quattroprimi	10	45	55	100 Km del Passatore	28/05/2006	Firenze-Faenza
Tuono	10	51	26	100 Km del Passatore	01/06/2008	Firenze-Faenza
Tarèl	15	27	41	100 Km del Passatore	29/05/1999	Firenze-Faenza
Dotto	16	11	50	100 Km del Passatore	01/06/2008	Firenze-Faenza

“ Passatore” 2008”

BEST MARATONA

atleta	tempo			denominazione competizione	data	luogo
Millemosche	2	39	38	Gold Marathon	08/11/1992	Cesano Boscone
Ferro	2	40	30	Maratona d'Italia	12/10/2008	Carpi
Forvezeta	2	41	28	Turin Marathon	24/04/1994	Torino
Piccolo Budda	2	47	9	Firenze Marathon	26/11/2006	Firenze
Gian	2	51	29	Lake Garda Marathon	28/09/2008	Limone
Tuono	2	55	5	Maratona di Milano n° 0	01/12/2000	Milano
Voglio	2	55	39	Firenze Marathon	26/11/2006	Firenze
Gambadilegno	2	56	16	Gold Marathon	07/11/1993	Cesano Boscone
Karestia	2	56	38	Venice Marathon	09/10/1994	Venezia
Gigione	2	56	54	Tris Milano City Marathon	30/11/2003	Milano
Vengo col tempo	2	58	46	Brescia Marathon	14/03/2004	Brescia
Velo devo dire	2	59	20	Treviso Marathon	30/03/2008	Treviso
Quattroprimi	2	59	27	Firenze Marathon	26/11/2001	Firenze
Nappo	3	0	40	Turin Marathon	24/04/1995	Torino
Sei Secondi	3	3	11	Firenze Marathon	25/11/2001	Firenze
Crema	3	6	10	Milanocity Marathon	23/11/2008	Milano
Picchio	3	7	7	Turin Marathon	29/09/1991	Torino
Pannocchia	3	8	9	Gold Marathon Internazionale	06/11/1994	Cesano Boscone
Comprabene	3	13	29	Maratona di Roma	16/03/2008	Roma
Walter Bonazzi	3	14	41	Maratona di Reggio Emilia	09/12/2007	Reggio Emilia
Vetta bianca	3	15	34	Milanocity Marathon	23/11/2008	Milano
Mr. Spock	3	15	42	Vienna City Marathon	27/04/2008	Vienna
Michelin	3	22	22	Maratona di Reggio Emilia	15/12/1996	Reggio Emilia
Muscoletto	3	22	58	Maratona Internazionale di Bergamo	20/09/1998	Bergamo
Conte jena	3	23	2	Maratona Internazionale di Bergamo	20/09/1998	Bergamo
Ale	3	23	45	Milanocity Marathon	23/11/2008	Milano
Cucciolo	3	26	50	Milanocity Marathon	23/11/2008	Milano
Tarèl	3	29	41	Venice Marathon	27/10/1996	Venezia
Batman	3	30	34	Maratona del mare	07/12/2008	Sanremo
Claudio dj	3	35	5	Maratona di Roma	16/03/2008	Roma
Gipsye	3	43	34	Maratona di Praga	23/05/1999	Praga
Pendolino	3	50	28	Gold Marathon Internazionale	19/10/1997	Cesano Boscone
Viet	3	57	30	Maratona di Bergamo	01/06/1997	Bergamo
Valvola d'acciaio	3	58	48	Berlin Marathon	24/09/2006	Berlino
Terzogamba	3	59	37	Maratona di Roma	16/03/2008	Roma
Dotto	4	3	38	Milanocity Marathon	23/11/2008	Milano
Vania	4	5	58	New York City Marathon	02/11/2008	New York
Figaro	4	14	3	Milanocity Marathon	02/12/2007	Milano

BEST MEZZAMARATONA

atleta	tempo			denominazione competizione	data	luogo
Piccolo Budda	1	12	44	Maratonina di Cernusco Lombardone	22/04/2007	Cernusco Lombardone
Ferro	1	13	43	Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	Carpenedolo
Millemosche	1	14	40	Maratonina città di Treviglio	15/10/1995	Treviglio
Forvezeta	1	15	10	Maratonina di Busto Arsizio	26/09/1993	Busto Arsizio
Comprabene	1	18	32	Maratonina città di Cremona	21/10/2007	Cremona
Gian	1	18	50	Mezza maratona Parma	14/09/2008	Parma
Voglio morire	1	18	55	Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	Vigevano
Velo devo dire	1	20	45	Corripavia halfmarathon	12/10/2008	Pavia
Gambadilegno	1	20	50	Mezza Maratona di Monza	05/10/1997	Monza
Pannocchia	1	21	45	Maratonina di Busto Arsizio	26/09/1993	Busto Arsizio
walter bonazzi	1	22	37	Maratonina di Crema	18/11/2007	Crema
Karestia	1	22	58	Maratonina di Busto Arsizio	26/09/1993	Busto Arsizio
Picchio	1	23	4	Maratonina di Busto Arsizio	26/09/1993	Busto Arsizio
Gigione	1	23	5	Maratonina di Busto Arsizio	05/10/2003	Busto Arsizio
Maria	1	23	21	Mezza Maratona di Bergamo	19/10/2008	Bergamo
Cucciolo	1	23	25	Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	Carpenedolo
Vengo col tempo	1	23	37	Maratonina città di Mantova	08/10/2006	Mantova
Quattroprimi	1	25	0	Maratonina dei due Comuni	01/11/2004	Tradate
Tuono	1	25	15	Maratonina della città di Bergamo	22/04/2001	Bergamo
Coscia pallida	1	25	33	Mezza maratona di Cesano Boscone	02/11/2008	Cesano Boscone
Ventesimo	1	25	36	Maratonina di Crema	18/11/2007	Crema
Mr. Spock	1	26	10	Bossoni Half Marathon	16/11/2008	Orzinuovi
Conte jena	1	26	12	Maratonina città di Como	12/10/1997	Como
Crema	1	27	5	Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	Carpenedolo
Ale	1	28	4	Mezza Maratona di Bergamo	19/10/2008	Bergamo
Michelin	1	28	11	Maratonina città di Como	05/06/1994	Como
Vetta bianca	1	28	36	Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	Carpenedolo
Batman	1	28	53	Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	Carpenedolo
Sei Secondi	1	29	33	Maratonina città di Cremona	15/10/2006	Cremona
Franz	1	31	40	Mezza Maratona di Bergamo	19/10/2008	Bergamo
Viet	1	32	30	Maratonina di Gravellona	28/09/1997	Gravellona Toce
Tarèl	1	35	19	Sudtirol half marathon	05/04/1999	Egna
Claudio dj	1	35	26	Scarpa d'oro half marathon	30/03/2008	Vigevano
Valvola d'acciaio	1	35	28	Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	Monza
Muscoletto	1	35	40	Maratonina di Mantova	06/06/1998	Mantova
Figaro	1	38	17	Maratonina città di Treviglio	24/02/2008	Treviglio
Pendolino	1	40	17	Maratonina di Mantova	21/05/2000	Mantova
Gipsye	1	40	18	Stramilano	02/04/1995	Milano
Dotto	1	40	53	Mezza Maratona di Bergamo	19/10/2008	Bergamo
Francesca	1	43	41	Mezza Maratona di Bergamo	19/10/2008	Bergamo
Aldo	1	44	24	Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	Vigevano
Terzogamba	1	54	56	Maratonina città di Cremona	19/10/2008	Cremona
Vitamina	2	6	18	Maratonina dei 6 Comuni	23/11/2008	Malo

tutti i tempi "Fo' di pe"

Mezza Maratona

21,097 km					AGGIORNATO AL 07 DICEMBRE 2008				
atleta	ore	min	sec		record	denominazione competizione	data	anno	luogo
claudio gamba	1	12	44		*	maratonina di cernusco lombardone	22/04/2007	07	Cernusco Lombardone
claudio gamba	1	12	49			Maratonina del Garda	27/05/2007	07	Toscolano Maderno
claudio gamba	1	13	8			maratonina d'autunno	30/09/2007	07	Novi Ligure
claudio gamba	1	13	25			Garda Half marathon	12/11/2006	06	Riva del Garda
ferruccio gamba	1	13	43		*	Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	08	Carpenedolo
ferruccio gamba	1	13	57			Maratonina di Castelrozzone	07/09/2008	08	Castelrozzone
claudio gamba	1	14	14			Maratonina città di Cremona	21/10/2007	07	Cremona
claudio gamba	1	14	32			Maratonina città di Treviglio	25/02/2007	07	Treviglio
lucio bazzana	1	14	40		*	Maratonina città di Treviglio	15/10/1995	95	Treviglio
lucio bazzana	1	15	7			Stramilano	31/03/1996	96	Milano
gerardo togni	1	15	10		*	Maratonina di Busto Arsizio	26/09/1993	93	Busto Arsizio
ferruccio gamba	1	15	24			Maratonina città di Treviglio	24/02/2008	08	Treviglio
lucio bazzana	1	15	28			Stramilano	04/04/1993	93	Milano
claudio gamba	1	15	29			Cariparma mezzamaratona	10/09/2006	06	Parma
gerardo togni	1	16	5			Stramilano	02/04/1995	95	Milano
lucio bazzana	1	16	10			Maratonina delle due Regioni	17/09/1994	94	Malavicina di Roverbella
ferruccio gamba	1	16	13			Maratonina città di Cremona	21/10/2007	07	Cremona
ferruccio gamba	1	16	17			Maratonina di Lecco	16/03/2008	08	Lecco
ferruccio gamba	1	16	20			Maratonina di Cantù	08/06/2008	08	Cantù
lucio bazzana	1	16	24			Sudtirol half marathon	05/04/1999	99	Egna
lucio bazzana	1	16	27			Maratonina città di Como	05/06/1994	94	Como
lucio bazzana	1	16	30			Mezza Maratona di Monza	08/03/1992	92	Monza
claudio gamba	1	16	33			Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	07	Monza
claudio gamba	1	16	37			Maratonina di Villafranca	01/10/2006	06	Villafranca
claudio gamba	1	16	49			Stramilano	01/04/2007	07	Milano
gerardo togni	1	16	50			Mezza Maratona di Monza	05/10/1997	97	Monza
gerardo togni	1	17	1			Stramilano	04/04/1993	93	Milano
gerardo togni	1	17	24			Maratonina di Bollate	28/09/1997	97	Bollate
lucio bazzana	1	17	26			Maratonina città di Forlì	27/02/1994	94	Forlì
ferruccio gamba	1	17	36			Maratonina di Mantova	07/10/2007	07	Mantova
gerardo togni	1	17	50			Maratonina di Busto Arsizio	14/09/1997	97	Busto Arsizio
ferruccio gamba	1	17	59			Maratonina del Garda	27/05/2007	07	Toscolano Maderno
gerardo togni	1	18	1			Maratonina città di Como	12/10/1997	97	Como
ferruccio gamba	1	18	32			maratonina di cernusco lombardone	22/04/2007	07	Cernusco Lombardone
ivo corti	1	18	32		*	Maratonina città di Cremona	21/10/2007	07	Cremona
lucio bazzana	1	18	48			Semimarathon International de Nice	27/04/2003	03	Nice
giovanni moretti	1	18	50		*	Cariparma mezzamaratona	14/09/2008	08	Parma
donato sacco	1	18	55		*	Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	07	Vigevano
ivo corti	1	18	55			Maratonina di Crema	18/11/2007	07	Crema
lucio bazzana	1	19	7			Maratonina di Calderara	28/10/2001	01	Calderara di Reno
ferruccio gamba	1	19	20			Stramilano	01/04/2007	07	Milano
donato sacco	1	19	24			Maratonina città di Treviglio	25/02/2007	07	Treviglio
ferruccio gamba	1	19	27			Maratonina Riviera dei Dogi	13/04/2008	08	Dolo
lucio bazzana	1	19	35			Marengo Marathon M.M	20/10/2002	02	Marengo
lucio bazzana	1	19	40			Trofeo 3P	10/05/1992	92	Alessandria
giovanni moretti	1	19	40			Maratonina di Castelrozzone	07/09/2008	08	Castelrozzone
ferruccio gamba	1	19	56			maratonina d'autunno	30/09/2007	07	Novi Ligure
gerardo togni	1	20	26			Maratonina delle due Regioni	20/09/1997	97	Malavicina di Roverbella
roberto piazzi	1	20	45		*	Corripavia	12/10/2008	08	Pavia
donato sacco	1	20	48			Garda Half marathon	12/11/2006	06	Riva del Garda
lucio bazzana	1	20	48			Certosa half marathon	21/03/2004	04	Collegno
stefano d'adda	1	20	50		*	Mezza Maratona di Monza	05/10/1997	97	Monza
stefano d'adda	1	20	53			Maratonina di Busto Arsizio	26/09/1993	93	Busto Arsizio
roberto piazzi	1	21	5			maratonina d'autunno	30/09/2007	07	Novi Ligure
ferruccio gamba	1	21	25			Garda Half marathon	12/11/2006	06	Riva del Garda
stefano d'adda	1	21	27			Stramilano	02/04/1995	95	Milano
lucio bazzana	1	21	33			Mezza Maratona di Monza	10/03/1991	91	Monza
giovanni moretti	1	21	36			Maratonina di Lecco	16/03/2008	08	Lecco
stefano d'adda	1	21	40			Maratonina città di Treviglio	15/10/1995	95	Treviglio
paolo brignoli	1	21	45		*	Maratonina di Busto Arsizio	26/09/1993	93	Busto Arsizio
stefano d'adda	1	21	52			Maratonina città di Como	12/10/1997	97	Como
paolo brignoli	1	22	4			Maratonina di Calderara	24/10/1993	93	Calderara di Reno
giovanni moretti	1	22	7			Corripavia	12/10/2008	08	Pavia
stefano d'adda	1	22	14			Maratonina delle due Regioni	16/09/1995	95	Malavicina di Roverbella
ferruccio gamba	1	22	16			Maratonina città di Treviglio	26/02/2006	06	Treviglio
roberto piazzi	1	22	18			Maratonina città di Treviglio	24/02/2008	08	Treviglio
paolo brignoli	1	22	35			Maratonina delle due Regioni	17/09/1994	94	Malavicina di Roverbella
roberto piazzi	1	22	35			Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	07	Vigevano
walter bonazzi	1	22	37		*	Maratonina di Crema	18/11/2007	07	Crema
paolo brignoli	1	22	41			Mezza Maratona di Monza	08/03/1992	92	Monza
lucio bazzana	1	22	41			Maratonina città di Treviglio	27/02/2005	05	Treviglio
roberto piazzi	1	22	45			Garda Half marathon	12/11/2006	06	Riva del Garda

Mezza Maratona

tutti i tempi "Fo' di pe"

claudio brignoli	1	22	58		*	Maratonina di Busto Arsizio	26/09/1993	93	Busto Arsizio
ivo corti	1	22	58			I colori del Naviglio	30/04/2006	06	Gaggiano
adelio picenni	1	23	4		*	Maratonina di Busto Arsizio	26/09/1993	93	Busto Arsizio
luigi perego	1	23	5		*	Maratonina di Busto Arsizio	05/10/2003	03	Busto Arsizio
claudio brignoli	1	23	6			Stramilano	04/04/1993	93	Milano
donato sacco	1	23	15			Mezza Maratona di Monza	17/09/2006	06	Monza
maria lograsso	1	23	21		*	Mezza maratona di Bergamo	19/10/2008	08	Bergamo
filippo zaccaria	1	23	25		*	Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	08	Carpenedolo
gerardo togni	1	23	27			Maratonina di Mantova	09/10/2005	05	Mantova
adelio picenni	1	23	29			Stramilano	05/04/1993	93	Milano
marco baggi	1	23	37		*	Maratonina città di Mantova	08/10/2006	06	Mantova
stefano d'adda	1	23	40			Maratonina città di Como	05/06/1994	94	Como
luigi perego	1	23	40			Maratonina dei tre Comuni	13/11/2005	05	Trecate
ferruccio gamba	1	23	48			Mezzamaratona di Cesano B.	05/11/2006	06	Cesano Boscone
paolo brignoli	1	23	53			Maratonina città di Como	06/06/1994	94	Como
luigi perego	1	23	54			Maratonina di Mantova	09/10/2005	05	Mantova
stefano d'adda	1	23	59			Stramilano	31/03/1996	96	Milano
walter bonazzi	1	24	5			Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	07	Monza
roberto piazzi	1	24	7			Maratonina di Castelrozzone	07/09/2008	08	Castelrozzone
filippo zaccaria	1	24	9			Corripavia	12/10/2008	08	Pavia
paolo brignoli	1	24	12			Maratonina del Garda	25/09/1994	94	Gargnano
luigi perego	1	24	13			Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	08	Carpenedolo
marco baggi	1	24	22			Certosa half marathon	21/03/2004	04	Collegno
ferruccio gamba	1	24	22			Maratonina città di Treviglio	25/02/2007	07	Treviglio
stefano d'adda	1	24	28			Maratonina delle due Regioni	20/09/1997	97	Malavicina di Roverbella
roberto piazzi	1	24	28			Maratonina città di Cremona	15/10/2006	06	Cremona
luigi perego	1	24	30			Maratonina città di Cremona	15/10/2006	06	Cremona
roberto piazzi	1	24	36			Maratonina città di Treviglio	26/02/2006	06	Treviglio
maria lograsso	1	24	48			Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	08	Carpenedolo
marco baggi	1	24	52			Garda Half marathon	12/11/2006	06	Riva del Garda
luigi perego	1	24	52			Maratonina di Busto Arsizio	11/11/2007	07	Busto Arsizio
ferruccio gamba	1	24	52			Maratonina di Busto Arsizio	11/11/2007	07	Busto Arsizio
marco baggi	1	24	53			Maratonina dei due Comuni	01/11/2004	04	Tradate
luigi perego	1	24	54			Garda Half marathon	12/11/2006	06	Riva del Garda
luigi perego	1	24	55			Maratonina città di Cremona	21/10/2007	07	Cremona
luigi perego	1	24	56			Mezza maratona di Bergamo	19/10/2008	08	Bergamo
gerardo togni	1	24	-			Grand Prix Meratese	16/03/1997	97	Merate
lucio bazzana	1	24	-			Grand Prix Meratese	16/03/1997	97	Merate
ferruccio gamba	1	25	13			Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	07	Monza
luigi locatelli	1	25	15		*	Mezza maratona di Bergamo	22/04/2001	01	Bergamo
roberto piazzi	1	25	18			Scarpa d'oro half marathon	19/03/2006	06	Vigevano
walter bonazzi	1	25	18			Maratonina città di Treviglio	24/02/2008	08	Treviglio
luigi perego	1	25	22			Certosa half marathon	21/03/2004	04	Collegno
ivo corti	1	25	23			Scarpa d'oro half marathon	19/03/2006	06	Vigevano
gerardo togni	1	25	23			Maratonina di Mantova	07/10/2007	07	Mantova
luigi perego	1	25	28			Maratonina dei due Comuni	01/11/2004	04	Tradate
stefano d'adda	1	25	33			Maratonina di Mantova	06/06/1998	98	Mantova
roberto piazzi	1	25	33			Maratonina di Lecco	16/03/2008	08	Lecco
paolo silva	1	25	33		*	Mezza maratona di Cesano Boscone	02/11/2008	08	Cesano Boscone
gerardo togni	1	25	36			Maratonina città di Mantova	08/10/2006	06	Mantova
gerardo togni	1	25	36			Maratonina città di Cremona	21/10/2007	07	Cremona
roberto rota	1	25	36		*	Maratonina di Crema	18/11/2007	07	Crema
roberto piazzi	1	25	37			Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	07	Monza
luigi perego	1	25	48			Maratonina città di Brescia	21/09/2003	03	Brescia
marco baggi	1	25	51			Maratonina città di Treviglio	27/02/2005	05	Treviglio
dario finazzi	1	25	-		*	Maratonina dei due Comuni	01/11/2004	04	Tradate
paolo silva	1	26	5			Maratonina città di Cremona	19/10/2008	08	Cremona
stefano cortinovis	1	26	10		*	Bossoni Half Marathon	16/11/2008	08	Orzinuovi
luca savoldi	1	26	12		*	Maratonina città di Como	12/10/1997	97	Como
marco baggi	1	26	13			Maratonina città di Cremona	21/10/2007	07	Cremona
luigi perego	1	26	15			Maratonina città di Treviglio	27/02/2005	05	Treviglio
luigi perego	1	26	15			Stramilano	01/04/2007	07	Milano
luigi perego	1	26	16			Maratonina città di Treviglio	24/02/2008	08	Treviglio
roberto piazzi	1	26	17			Maratonina di Mantova	09/10/2005	05	Mantova
luigi perego	1	26	18			Maratonina città di Treviglio	25/02/2007	07	Treviglio
luigi perego	1	26	19			Maratonina d'Inzago	28/09/2008	08	Inzago
roberto rota	1	26	19			Mezza maratona di Cesano Boscone	02/11/2008	08	Cesano Boscone
luigi locatelli	1	26	30			Mezza maratona di Bergamo	30/05/1999	99	Bergamo
marco baggi	1	26	39			Mezza Maratona di Monza	17/09/2006	06	Monza
claudio brignoli	1	26	43			Maratonina città di Como	05/06/1994	94	Como
luigi perego	1	26	53			Cariparma mezzamaratona	10/09/2006	06	Parma
paolo silva	1	26	53			Maratonina di Crema	18/11/2007	07	Crema
gerardo togni	1	26	55			Garda Half marathon	12/11/2006	06	Riva del Garda
donato sacco	1	26	55			Maratonina di Crema	18/11/2007	07	Crema
roberto rota	1	27	0			Maratonina di Lecco	16/03/2008	08	Lecco
gerardo togni	1	27	1			Corripavia	12/10/2008	08	Pavia
alberto cucco	1	27	5		*	Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	08	Carpenedolo
paolo silva	1	27	6			Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	08	Carpenedolo

Mezza Maratona

tutti i tempi "Fo' di pe"

marco baggi	1	27	7			Maratonina città di Treviglio	24/02/2008	08	Treviglio
claudio brignoli	1	27	14			Mezza Maratona di Monza	08/03/1992	92	Monza
roberto rota	1	27	14			Mezza maratona di Cesano Boscone	04/11/2007	07	Cesano Boscone
dario finazzi	1	27	27			Maratonina città di Cremona	21/10/2007	07	Cremona
stefano cortinovis	1	27	28			Mezza maratona di S. Gaudenzio	27/01/2008	08	Casalbeltrame
roberto rota	1	27	30			Maratonina città di Treviglio	24/02/2008	08	Treviglio
marco baggi	1	27	34			Marengo Marathon M.M	20/10/2002	02	Marengo
paolo silva	1	27	34			Mezza maratona di Cesano Boscone	04/11/2007	07	Cesano Boscone
paolo silva	1	27	37			Maratonina città di Cremona	21/10/2007	07	Cremona
roberto rota	1	27	37			Maratonina città di Cremona	21/10/2007	07	Cremona
marco baggi	1	27	40			Scarpa d'oro half marathon.	30/03/2008	08	Vigevano
stefano d'adda	1	27	41			Maratonina delle due Regioni	19/09/1998	98	Malavicina di Roverbella
gerardo togni	1	27	41			Maratonina città di Cremona	15/10/2006	06	Cremona
marco baggi	1	27	45			Semimarathon International de Nice	27/04/2003	03	Nice
alberto cucco	1	27	48			Maratonina di Lecco	16/03/2008	08	Lecco
stefano d'adda	1	27	52			Maratonina di Castelrozzone	06/09/1998	98	Castelrozzone
luigi perego	1	27	58			Maratonina di Castelrozzone	07/09/2008	08	Castelrozzone
stefano cortinovis	1	28	3			Cariparma mezzamaratona	14/09/2008	08	Parma
alex freti	1	28	4		*	Mezza maratona di Bergamo	19/10/2008	08	Bergamo
gerardo togni	1	28	9			Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	07	Monza
roby pirola	1	28	11		*	Maratonina città di Como	05/06/1994	94	Como
luigi perego	1	28	17			Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	07	Monza
paolo silva	1	28	21			Maratonina d'Inzago	28/09/2008	08	Inzago
dario finazzi	1	28	34			Corripavia	12/10/2008	08	Pavia
roby pirola	1	28	36			Stramilano	13/04/1997	97	Milano
sergio caprini	1	28	36		*	Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	08	Carpenedolo
dario finazzi	1	28	38			Maratonina città di Treviglio	27/02/2005	05	Treviglio
roberto piazzi	1	28	38			Maratonina città di Treviglio	27/02/2005	05	Treviglio
dario finazzi	1	28	39			Maratonina d'Inzago	28/09/2008	08	Inzago
gerardo togni	1	28	41			Maratonina città di Como	09/03/2008	08	Como
stefano cortinovis	1	28	46			Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	08	Carpenedolo
roberto rota	1	28	48			Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	07	Vigevano
luca gregis	1	28	53		*	Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	08	Carpenedolo
luigi perego	1	28	54			Scarpa d'oro half marathon.	30/03/2008	08	Vigevano
luigi locatelli	1	28	59			Garda Half marathon	12/11/2006	06	Riva del Garda
gerardo togni	1	29	0			Mezzamaratona di Imperia	02/03/2008	08	Imperia
sergio caprini	1	29	5			Mezza maratona di Bergamo	19/10/2008	08	Bergamo
roberto rota	1	29	6			Maratonina città di Cremona	19/10/2008	08	Cremona
marco baggi	1	29	10			Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	07	Monza
dario finazzi	1	29	13			Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	07	Vigevano
stefano cortinovis	1	29	16			Mezzamaratona del castello	10/02/2008	08	Vittuone
marco baggi	1	29	18			Maratonina città di Verona	18/03/2001	01	Verona
filippo zaccaria	1	29	18			Maratonina di Castelrozzone	07/09/2008	08	Castelrozzone
luigi perego	1	29	20			Maratonina delle due Regioni	21/09/2002	02	Malavicina di Roverbella
roby pirola	1	29	30			Maratonina città di Como	04/06/1995	95	Como
fabio crotti	1	29	33		*	Maratonina città di Cremona	15/10/2006	06	Cremona
gerardo togni	1	29	36			Maratonina di Castelrozzone	07/09/2008	08	Castelrozzone
luigi perego	1	29	38			Maratonina di Castelrozzone	09/09/2001	01	Castelrozzone
luigi perego	1	29	38			Maratonina di Castelrozzone	01/09/2002	02	Castelrozzone
luigi locatelli	1	29	39			Maratonina città di Cremona	15/10/2006	06	Cremona
claudio brignoli	1	29	42			Sudtirol half marathon	05/04/1999	99	Egna
luigi locatelli	1	29	44			Maratonina città di Como	12/10/1997	97	Como
ivo corti	1	29	47			Maratonina città di Treviglio	26/02/2006	06	Treviglio
luigi perego	1	29	50			Maratonina 5 castelli	13/10/2002	02	Bedizzole
roby pirola	1	29	52			Stramilano	31/03/1996	96	Milano
fabio crotti	1	29	56			Garda Half marathon	12/11/2006	06	Riva del Garda
adelio picenni	1	30	1			Trofeo 3P	10/05/1992	92	Alessandria
paolo brignoli	1	30	3			Maratonina città di Mantova	08/10/2006	06	Mantova
luigi perego	1	30	10			Maratonina di Villafranca	03/10/2004	04	Villafranca
roberto piazzi	1	30	10			Maratonina dei due Comuni	01/11/2004	04	Tradate
roby pirola	1	30	11			Maratonina del Garda	25/09/1994	94	Gargnano
dario finazzi	1	30	12			Mezza Maratona di Monza	17/09/2006	06	Monza
luca gregis	1	30	12			Mezza maratona di Bergamo	19/10/2008	08	Bergamo
stefano cortinovis	1	30	14			Maratonina città di Como	09/03/2008	08	Como
lucio bazzana	1	30	18			Maratonina delle due Regioni	19/09/1998	98	Malavicina di Roverbella
dario finazzi	1	30	18			Sudtirol half marathon	05/04/1999	99	Egna
dario finazzi	1	30	18			Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	08	Carpenedolo
stefano cortinovis	1	30	20			Corripavia	12/10/2008	08	Pavia
sergio caprini	1	30	24			Maratonina città di Treviglio	24/02/2008	08	Treviglio
paolo brignoli	1	30	35			Trofeo 3P	10/05/1992	92	Alessandria
stefano d'adda	1	30	37			Trofeo 3P	10/05/1992	92	Alessandria
gerardo togni	1	30	39			Mezza Maratona di Monza	17/09/2006	06	Monza
roberto rota	1	30	46			Maratonina città di Treviglio	25/02/2007	07	Treviglio
luigi perego	1	31	2			Sudtirol half marathon	05/04/1999	99	Egna
luigi perego	1	31	17			Maratonina di Castelrozzone	03/09/2000	00	Castelrozzone
fabio crotti	1	31	30			Maratonina di Mantova	06/06/1998	98	Mantova
luigi perego	1	31	30			half maraton Orzinuovi	24/11/2002	02	Orzinuovi
luigi locatelli	1	31	33			Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	07	Vigevano

Mezza Maratona

tutti i tempi "Fo' di pe"

paolo brignoli	1	31	37			maratonina di cernusco lombardone	30/03/2003	03	Cernusco L.ne
alex capoferri	1	31	40		*	Mezza maratona di Bergamo	19/10/2008	08	Bergamo
fabio crotti	1	31	49			Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	07	Monza
fabio crotti	1	31	52			Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	08	Carpenedolo
fabio crotti	1	32	0			Maratonina di Lecco	16/03/2008	08	Lecco
paolo brignoli	1	32	2			Garda Half marathon	12/11/2006	06	Riva del Garda
paolo silva	1	32	7			Maratonina città di Cremona	15/10/2006	06	Cremona
fabio mangiovini	1	32	30		*	Maratonina	28/09/1997	97	Gravellona Toce
alberto cucco	1	32	35			Maratonina città di Treviglio	24/02/2008	08	Treviglio
marco baggi	1	32	39			I colori del Naviglio	30/04/2006	06	Gaggiano
roberto piazzi	1	32	46			Certosa half marathon	21/03/2004	04	Collegno
marco baggi	1	33	0			Maratonina di Castelrozzone	09/09/2001	01	Castelrozzone
fabio crotti	1	33	3			Scarpa d'oro half marathon.	30/03/2008	08	Vigevano
luigi locatelli	1	33	13			Mezza Maratona di Monza	17/09/2006	06	Monza
claudio brignoli	1	33	16			Maratonina Val Camonica	03/10/1999	99	Esine
roberto rota	1	33	16			Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	07	Monza
paolo brignoli	1	33	18			Mezza Maratona di Monza	10/03/1991	91	Monza
adelio picenni	1	33	19			Mezza Maratona di Monza	10/03/1991	91	Monza
adelio picenni	1	33	32			Sudtirol half marathon	05/04/1999	99	Egna
dario finazzi	1	33	34			Garda Half marathon	12/11/2006	06	Riva del Garda
alex capoferri	1	33	35			Maratonina di Castelrozzone	07/09/2008	08	Castelrozzone
alex freti	1	33	35			Maratonina di Castelrozzone	07/09/2008	08	Castelrozzone
paolo brignoli	1	33	37			Maratonina di Mantova	07/10/2007	07	Mantova
roby pirola	1	33	39			Stramilano	02/04/1995	95	Milano
roby pirola	1	33	42			Maratonina città di Treviglio	15/10/1995	95	Treviglio
luigi perego	1	33	42			Maratonina di Castelrozzone	06/09/1998	98	Castelrozzone
paolo brignoli	1	33	44			Maratonina delle due Regioni	16/09/1995	95	Malavicina di Roverbella
paolo brignoli	1	33	44			Mezza Maratona di Monza	17/09/2006	06	Monza
dario finazzi	1	33	45			Scarpa d'oro half marathon.	30/03/2008	08	Vigevano
claudio brignoli	1	33	53			Mezza Maratona di Monza	10/03/1991	91	Monza
paolo brignoli	1	33	59			Maratonina città di Treviglio	25/04/2004	04	Treviglio
luigi perego	1	34	7			Maratonina negozi DEM	20/01/2008	08	Monteforte
fabio crotti	1	34	9			Mezzamaratona di Imperia	02/03/2008	08	Imperia
roberto rota	1	34	13			Maratonina di Castelrozzone	07/09/2008	08	Castelrozzone
adelio picenni	1	34	40			Maratonina città di Treviglio	15/10/1995	95	Treviglio
paolo brignoli	1	34	44			Maratonina città di Treviglio	27/02/2005	05	Treviglio
claudio brignoli	1	34	48			Maratonina delle due Regioni	19/09/1998	98	Malavicina di Roverbella
fabio mangiovini	1	34	49			Stramilano	13/04/1997	97	Milano
paolo brignoli	1	34	56			Maratonina città di Cremona	21/10/2007	07	Cremona
paolo brignoli	1	35	11			Maratonina città di Verona	18/03/2001	01	Verona
paolo brignoli	1	35	15			Certosa half marathon	21/03/2004	04	Collegno
luigi locatelli	1	35	16			Maratonina di Lecco	16/03/2008	08	Lecco
gerardo togni	1	35	17			Maratonina città di Treviglio	26/02/2006	06	Treviglio
piero maffeis	1	35	19		*	Sudtirol half marathon	05/04/1999	99	Egna
claudio ongaro	1	35	26		*	Scarpa d'oro half marathon.	30/03/2008	08	Vigevano
stefano pirovano	1	35	28		*	Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	07	Monza
stefano cortinovis	1	35	29			Maratonina del Garda	25/05/2008	08	Polpenazze
dario finazzi	1	35	34			Maratonina di Castelrozzone	07/09/2008	08	Castelrozzone
giovanna bellini	1	35	40		*	Maratonina di Mantova	06/06/1998	98	Mantova
luigi locatelli	1	35	47			Maratonina città di Treviglio	27/02/2005	05	Treviglio
paolo brignoli	1	35	53			Maratonina di Crema	18/11/2007	07	Crema
paolo brignoli	1	35	54			Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	07	Vigevano
paolo brignoli	1	35	56			Maratonina città di Treviglio	26/02/2006	06	Treviglio
paolo silva	1	35	56			Garda Half marathon	12/11/2006	06	Riva del Garda
paolo brignoli	1	35	57			Maratonina Val Camonica	03/10/1999	99	Esine
fabio crotti	1	36	0			Mezza Maratona di Monza	17/09/2006	06	Monza
claudio ongaro	1	36	12			Stramilano	06/04/2008	08	Milano
stefano pirovano	1	36	20			Mezza maratona di Bergamo	18/11/2007	07	Bergamo
roby pirola	1	36	26			Maratonina di Busto Arsizio	15/09/1996	96	Busto Arsizio
claudio ongaro	1	36	30			Maratonina città di Cremona	19/10/2008	08	Cremona
roby pirola	1	37	10			Maratonina delle due Regioni	16/09/1995	95	Malavicina di Roverbella
paolo brignoli	1	37	23			Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	07	Monza
paolo brignoli	1	37	38			half maraton Orzinuovi	24/11/2002	02	Orzinuovi
alex freti	1	37	39			4 passi in Franciacorta	29/06/2008	08	Camignone
stefano pirovano	1	37	47			Maratonina di Lecco	16/03/2008	08	Lecco
paolo brignoli	1	37	58			Maratonina delle due Regioni	19/09/1998	98	Malavicina di Roverbella
paolo brignoli	1	38	5			Maratonina di Lecco	16/03/2008	08	Lecco
giorgio rota	1	38	17		*	Maratonina città di Treviglio	24/02/2008	08	Treviglio
paolo brignoli	1	38	23			Sudtirol half marathon	05/04/1999	99	Egna
paolo brignoli	1	38	33			I colori del Naviglio	30/04/2006	06	Gaggiano
paolo brignoli	1	38	42			Scarpa d'oro half marathon.	30/03/2008	08	Vigevano
luigi locatelli	1	38	48			Mezza Maratona di Monza	16/09/2007	07	Monza
alex capoferri	1	38	51			4 passi in Franciacorta	29/06/2008	08	Camignone
stefano pirovano	1	38	59			Mezza maratona di Bergamo	29/10/2006	06	Bergamo
luigi locatelli	1	39	1			Mezzamaratona di Imperia	02/03/2008	08	Imperia
roby pirola	1	39	3			Maratonina di Castelrozzone	06/09/1998	98	Castelrozzone
filippo zaccaria	1	39	5			Maratonina città di Treviglio	24/02/2008	08	Treviglio
claudio brignoli	1	39	28			Trofeo 3P	10/05/1992	92	Alessandria

Mezza Maratona

tutti i tempi "Fo' di pe"

paolo silva	1	39	36			Maratonina città di Treviglio	25/02/2007	07	Treviglio
paolo brignoli	1	40	16			Maratonina città di Treviglio	15/10/1995	95	Treviglio
alfonso di sirio	1	40	17		*	Maratonina di Mantova	21/05/2000	00	Mantova
giusy poma	1	40	18		*	Stramilano	02/04/1995	95	Milano
giusy poma	1	40	23			Sudtirol half marathon	05/04/1999	99	Egna
roby pirola	1	40	48			Maratonina città di Como	12/10/1997	97	Como
antonio bonazzi	1	40	53		*	Mezza maratona di Bergamo	19/10/2008	08	Bergamo
giorgio rota	1	40	54			Maratonina città di Cremona	21/10/2007	07	Cremona
stefano pirovano	1	40	57			I colori del Naviglio	30/04/2006	06	Gaggiano
giusy poma	1	41	3			Maratonina Val Camonica	03/10/1999	99	Esine
alfonso di sirio	1	41	6			Maratonina di Castelrozzone	03/09/2000	00	Castelrozzone
paolo brignoli	1	41	12			Maratonina di Castelrozzone	07/09/2008	08	Castelrozzone
claudio brignoli	1	41	28			Scarpa d'oro half marathon.	30/03/2008	08	Vigevano
paolo brignoli	1	41	51			Maratonina città di Como	12/10/1997	97	Como
alfonso di sirio	1	42	3			Maratonina di Mantova	23/05/1999	99	Mantova
alfonso di sirio	1	42	10			Maratonina Val Camonica	01/10/2000	00	Esine
roby pirola	1	42	22			Maratonina delle due Regioni	20/09/1997	97	Malavicina di Roverbella
adelio picenni	1	42	34			Mezza Maratona di Monza	08/03/1992	92	Monza
giusy poma	1	42	36			Maratonina città di Treviglio	15/10/1995	95	Treviglio
alfonso di sirio	1	42	56			Mezza Maratona di Monza	05/10/1997	97	Monza
alfonso di sirio	1	42	58			Maratonina di Alessandria	25/05/1997	97	Alessandria
stefano pirovano	1	43	13			Maratonina di Castelrozzone	03/09/2006	06	Castelrozzone
marco baggi	1	43	32			Maratonina di Crema	18/11/2007	07	Crema
francesca pellegrini	1	43	41		*	Mezza maratona di Bergamo	19/10/2008	08	Bergamo
fabio crotti	1	43	42			Maratonina di Castelrozzone	07/09/2008	08	Castelrozzone
claudio brignoli	1	43	56			Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	07	Vigevano
alfonso di sirio	1	44	10			Maratonina città di Como	12/10/1997	97	Como
alfonso di sirio	1	44	15			Maratonina delle due Regioni	16/09/2000	00	Malavicina di Roverbella
aldo bertuletti	1	44	24		*	Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	07	Vigevano
luigi perego	1	44	39			stralivigno	29/07/2007	07	Livigno
alfonso di sirio	1	44	41			Maratonina di Mantova	06/06/1998	98	Mantova
antonio bonazzi	1	44	46			Corripavia	12/10/2008	08	pavia
roberto rota	1	44	59			Mezza della Barona	15/04/2007	07	Milano
alfonso di sirio	1	45	3			Maratonina Val Camonica	03/10/1999	99	Esine
alfonso di sirio	1	45	24			Maratonina di Busto Arsizio	15/09/1996	96	Busto Arsizio
alfonso di sirio	1	45	37			Maratonina delle due Regioni	19/09/1998	98	Malavicina di Roverbella
alfonso di sirio	1	47	2			Mezza maratona di Bergamo	30/05/1999	99	Bergamo
stefano pirovano	1	47	41			Stramilano	02/04/2006	06	Milano
alfonso di sirio	1	47	51			Maratonina delle due Regioni	20/09/1997	97	Malavicina di Roverbella
alfonso di sirio	1	47	55			Stramilano	31/03/1996	96	Milano
alfonso di sirio	1	48	10			Mezza maratona di Bergamo	28/05/2000	00	Bergamo
alfonso di sirio	1	48	25			Sudtirol half marathon	05/04/1999	99	Egna
giusy poma	1	48	48			Maratonina città di Como	05/06/1994	94	Como
alfonso di sirio	1	48	49			Maratonina di Mantova	27/05/2001	01	Mantova
claudio gamba	1	49	55			Bormio - Stelvio	16/07/2006	06	Bormio
francesca pellegrini	1	50	3			Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	07	Vigevano
alfonso di sirio	1	52	12			Maratonina di Castelrozzone	06/09/1998	98	Castelrozzone
francesca pellegrini	1	54	5			Stramilano	01/04/2007	07	Milano
mario gamba	1	54	56		*	Maratonina città di Cremona	19/10/2008	08	Cremona
francesca pellegrini	1	55	8			Maratonina città di Treviglio	24/02/2008	08	Treviglio
stefano d'adda	1	55	23			Mezza Maratona di Monza	08/03/1992	92	Monza
lucio bazzana	1	55	45			I colori del Naviglio	30/04/2006	06	Gaggiano
giovanni moretti	2	3	43			Bormio - Stelvio	13/07/2008	08	Bormio
mario gamba	2	5	45			Mezzamaratona del mare	07/12/2008	08	Sanremo
monica maffi	2	6	18		*	Maratonina dei 6 Comuni	23/11/2008	08	Malo
ivo corti	2	12	12			Bormio - Stelvio	16/07/2006	06	Bormio
claudio ongaro	2	40	45			Bormio - Stelvio	13/07/2008	08	Bormio

Maratona

tutti i tempi "Fo' di pe"

42,195 km					AGGIORNATO AL 07 DICEMBRE 2008				
atleta	ore	min	sec		record	denominazione competizione	data	anno	luogo
Lucio Bazzana	2	39	38		*	Gold Marathon	08/11/1992	92	Cesano Boscone
Ferruccio Gamba	2	40	30		*	Maratona d'Italia	12/10/2008	08	Carpi
Lucio Bazzana	2	41	25			Vigaranomaratona	20/03/1994	94	Mainarda
Gerardo Togni	2	41	28		*	Turin Marathon	24/04/1994	94	Avigliana-Torino
Lucio Bazzana	2	43	8			Maratona Internazionale	10/11/1991	91	Cesano Boscone
Gerardo Togni	2	43	16			Turin Marathon	25/04/1993	93	Avigliana-Torino
Gerardo Togni	2	43	24			Maratona d'Italia	24/10/1993	93	Carpi
Lucio Bazzana	2	45	8			Maratona di Vedelago	25/04/1999	99	Vedelago
Lucio Bazzana	2	46	33			Maratona della Città di Roma	23/03/2003	03	Roma
Gerardo Togni	2	47	9			Wien City Marathon	24/04/1995	95	Wien
Claudio Gamba	2	47	9		*	Firenze Marathon	26/11/2006	06	Firenze
Lucio Bazzana	2	47	29			Turin Marathon	24/04/1994	94	Avigliana-Torino
Gerardo Togni	2	48	3			Vigaranomaratona	21/03/1993	93	Vigarano
Lucio Bazzana	2	48	33			Firenze Marathon	24/11/2002	02	Firenze
Gerardo Togni	2	49	20			Gold Marathon Internazionale	19/10/1997	97	Cesano Boscone
Lucio Bazzana	2	49	26			Maratona di Torino	29/09/1991	91	Avigliana-Torino
Lucio Bazzana	2	50	38			Maratona di Pescara	08/12/2001	01	Spoltore
Lucio Bazzana	2	50	55			Wien City Marathon	24/04/1995	95	Wien
Lucio Bazzana	2	51	26			Maratona di S. Antonio	30/04/2000	00	Vedelago-Padova
Giovanni Moretti	2	51	29		*	Lake Garda Marathon	28/09/2008	08	Limone - Malcesine
Lucio Bazzana	2	51	34			Vigaranomaratona	21/03/1993	93	Mainarda
Ferruccio Gamba	2	52	7			Maratona dei 6 Comuni	23/11/2008	08	Malo
Gerardo Togni	2	53	4			Maratona di Vedelago	27/04/1997	97	Vedelago
Lucio Bazzana	2	54	27			Gold Marathon	05/11/1995	95	Cesano Boscone
Lucio Bazzana	2	54	49			Maratona di Torino	20/04/1992	92	Avigliana-Torino
Lucio Bazzana	2	55	5			Bologna Maratona	29/03/1992	92	Bologna
Luigi Locatelli	2	55	5		*	Milanocity Marathon	01/12/2000	00	Milano
Donato Sacco	2	55	39		*	Firenze Marathon	26/11/2006	06	Firenze
Lucio Bazzana	2	55	40			Gold Marathon Internazionale	17/10/1999	99	Cesano Boscone
Luigi Locatelli	2	55	40			Gold Marathon Internazionale	17/10/1999	99	Cesano Boscone
Gerardo Togni	2	56	12			Venice Marathon	27/10/1996	96	Strà-Venezia
Stefano D'Adda	2	56	16		*	Gold Marathon	07/11/1993	93	Cesano Boscone
Gerardo Togni	2	56	36			Vigaranomaratona	20/03/1994	94	Mainarda
Claudio Brignoli	2	56	38		*	Venice Marathon	09/10/1994	94	Strà-Venezia
Luigi Perego	2	56	54		*	Milanocity Marathon	30/11/2003	03	Milano
Lucio Bazzana	2	57	35			Brescia Marathon	14/03/2004	04	Brescia
Lucio Bazzana	2	57	44			Treviso Marathon	06/03/2005	05	V.Veneto-Treviso
Luigi Perego	2	58	13			Marengo Marathon	19/10/2003	03	Marengo
Lucio Bazzana	2	58	14			Gold Marathon Internazionale	20/10/1996	96	Cesano Boscone
Luigi Perego	2	58	14			Milanocity Marathon	04/12/2005	05	Milano
Luigi Locatelli	2	58	23			Firenze Marathon	25/11/2001	01	Firenze
Marco Baggi	2	58	46		*	Brescia Marathon	14/03/2004	04	Brescia
Lucio Bazzana	2	58	47			Maratona di Livorno	14/11/2004	04	Livorno
Donato Sacco	2	59	2			Venice Marathon	26/10/2006	06	Strà-Venezia
Marco Baggi	2	59	7			Treviso Marathon	06/03/2005	05	V.Veneto-Treviso
Lucio Bazzana	2	59	11			Maratona di Vedelago	15/05/1994	94	Vedelago
Luigi Locatelli	2	59	12			Maratona di Vedelago	24/04/1999	99	Vedelago
Lucio Bazzana	2	59	17			Maratona Tourist Mondiale	08/12/1993	93	Palermo
Roberto Piazzi	2	59	20		*	Treviso marathon	30/03/2008	08	V.Veneto-Treviso
Lucio Bazzana	2	59	27			Venice Marathon	07/10/1990	90	Strà-Venezia
Dario Finazzi	2	59	27		*	Firenze Marathon	25/11/2001	01	Firenze
Roberto Piazzi	2	59	29			Maratona di Reggio Emilia	09/12/2007	07	Reggio Emilia
Lucio Bazzana	2	59	45			Milanocity Marathon	04/12/2005	05	Milano
Luigi Perego	3	0	20			Brescia Marathon	14/03/2004	04	Brescia
Beppe Milesi	3	0	40		*	Maratona di Torino	24/04/1995	95	Torino
Marco Baggi	3	0	46			Maratona del Lamone	03/04/2005	05	Russi
Marco Baggi	3	1	27			Milanocity Marathon	30/11/2003	03	Milano
Roberto Piazzi	3	1	35			Maratona di Livorno	11/11/2007	07	Livorno
Lucio Bazzana	3	1	40			Maratona di Torino	25/04/1993	93	Avigliana-Torino
Claudio Brignoli	3	1	41			Maratona di Torino	25/04/1993	93	Avigliana-Torino
Lucio Bazzana	3	2	30			Maratona Internazionale	11/11/1990	90	Cesano Boscone
Dario Finazzi	3	2	38			Firenze Marathon	24/11/2002	02	Firenze
Marco Baggi	3	2	53			Maratona di Livorno	14/11/2004	04	Livorno
Stefano D'Adda	3	2	55			Vigaranomaratona	20/03/1994	94	Vigarano Mainarda
Giovanni Moretti	3	3	1			Treviso marathon	30/03/2008	08	V.Veneto-Treviso
Gerardo Togni	3	3	4			Sudtirol Marathon	13/04/1998	98	Egna
Fabio Crotti	3	3	11		*	Firenze Marathon	25/11/2001	01	Firenze
Dario Finazzi	3	3	21			Maratona di Livorno	14/11/2004	04	Livorno
Claudio Brignoli	3	3	56			Maratona d'Italia	24/10/1993	93	Carpi
Luigi Locatelli	3	4	2			Gold Marathon Internazionale	19/10/1998	98	Cesano Boscone
Luigi Perego	3	4	12			Milanocity Marathon	02/12/2007	07	Milano
Lucio Bazzana	3	4	15			Gold Marathon Internazionale	19/10/1998	98	Cesano Boscone

Maratona

tutti i tempi "Fo' di pe"

Marco Baggi	3	4	32			Milanocity Marathon	04/12/2005	05	Milano
Luigi Perego	3	4	44			Treviso Marathon	06/03/2005	05	V.Veneto-Treviso
Lucio Bazzana	3	4	57			Maratona d'Italia	08/10/1995	95	Carpi
Luigi Perego	3	5	-			Venice Marathon	28/10/2007	07	Strà-Venezia
Luigi Perego	3	5	7			Milanocity Marathon	23/11/2008	08	Milano
Luigi Perego	3	5	42			Placentia Marathon	04/03/2007	07	Piacenza
Alberto Cucco	3	6	10		*	Milanocity Marathon	23/11/2008	08	Milano
Stefano D'Adda	3	6	32			Gold Marathon	08/11/1992	92	Cesano Boscone
Luigi Perego	3	6	40			Milanocity Marathon	08/10/2006	06	Milano
Luigi Perego	3	6	55			Maratona del Lamone	03/04/2005	05	Russi
Stefano D'Adda	3	6	57			Maratona di Reggio Emilia	15/12/1996	96	Reggio Emilia
Adelio Picenni	3	7	7		*	Maratona di Torino	29/09/1991	91	Torino
Marco Baggi	3	7	10			Bolognamaratona	07/04/2002	02	Bologna
Luigi Perego	3	7	11			Maratona del riso	01/05/2006	06	Vercelli
Gerardo Togni	3	7	14			Gold Marathon	07/11/1993	93	Cesano Boscone
Luigi Locatelli	3	7	30			Vigaranomaratona	01/03/1998	98	Vigarano Mainarda
Roberto Piazzi	3	7	39			Maratona del Lamone	02/04/2006	06	Russi
Luigi Perego	3	7	45			Maratona d'Italia	12/12/2008	08	Carpi
Paolo Brignoli	3	8	9		*	Gold Marathon Internazionale	06/11/1994	94	Cesano Boscone
Marco Baggi	3	8	18			Firenze Marathon	24/11/2002	02	Firenze
Adelio Picenni	3	8	25			Maratona di Vedelago	15/05/1994	94	Vedelago
Luigi Perego	3	8	25			Firenze Marathon	26/11/2006	06	Firenze
Luigi Perego	3	8	32			Placentia Marathon	09/03/2003	03	Piacenza
Gerardo Togni	3	8	44			Gold Marathon Internazionale	20/10/1996	96	Cesano Boscone
Luigi Perego	3	9	2			Turin Marathon	13/04/2008	08	Torino
Luigi Perego	3	9	20			Maratona di Reggio Emilia	16/12/2001	01	Reggio Emilia
Roberto Piazzi	3	9	48			Venice Marathon	23/10/2005	05	Strà-Venezia
Claudio Brignoli	3	9	49			Maratona di Torino	29/09/1991	91	Avigliana-Torino
Lucio Bazzana	3	9	57			Maratona del Lamone	03/04/2005	05	Russi
Paolo Brignoli	3	10	24			Gold Marathon Internazionale	08/11/1992	92	Cesano Boscone
Luigi Perego	3	10	37			Maratona di Livorno	14/11/2004	04	Livorno
Marco Baggi	3	10	39			Vigarano Marathon	17/03/2002	02	Ferrara
Paolo Brignoli	3	10	48			Maratona Internazionale	10/11/1991	91	Cesano Boscone
Marco Baggi	3	10	50			Milanocity Marathon	02/12/2001	01	Milano
Luigi Perego	3	10	52			Maratona della Città di Roma	16/03/2008	08	Roma
Roberto Piazzi	3	11	36			Maratona di Livorno	14/11/2004	04	Livorno
Marco Baggi	3	11	38			Maratona del Custoza	14/05/2006	06	Sommacampagna
Luigi Perego	3	11	51			Milanocity Marathon	01/12/2000	00	Milano
Paolo Brignoli	3	11	58			Maratona di Torino	29/09/1991	91	Avigliana-Torino
Alberto Cucco	3	12	4			Turin Marathon	13/04/2008	08	Torino
Luigi Locatelli	3	12	9			Maratona di Locarno	09/11/1997	97	Locarno
Roberto Piazzi	3	12	12			Firenze Marathon	26/11/2006	06	Firenze
Roberto Piazzi	3	12	15			Treviso Marathon	06/03/2005	05	V.Veneto-Treviso
Roberto Piazzi	3	12	26			Maratona di Torino	15/04/2007	07	Torino
Luigi Perego	3	12	30			Gold Marathon Internazionale	08/10/2000	00	Cesano Boscone
Dario Finazzi	3	12	31			Vigaranomaratona	01/03/1998	98	Vigarano Mainarda
Marco Baggi	3	12	38			Maratona di Livorno	11/11/2007	07	Livorno
Donato Sacco	3	12	46			Venice Marathon	24/10/2004	04	Strà-Venezia
Lucio Bazzana	3	12	56			Vigarano Marathon	17/03/2002	02	Ferrara
Luigi Perego	3	12	57			Vigarano Marathon	17/03/2002	02	Ferrara
Marco Baggi	3	13	16			Maratona della Città di Roma	23/03/2003	03	Roma
Ivo Corti	3	13	29		*	Maratona della Città di Roma	16/03/2008	08	Roma
Marco Baggi	3	13	33			Firenze Marathon	26/11/2006	06	Firenze
Luigi Perego	3	13	40			Maratona dei Tre Comuni	28/10/2001	01	Calderara di Reno
Marco Baggi	3	14	8			Maratona di Reggio Emilia	09/12/2007	07	Reggio Emilia
Luigi Perego	3	14	15			Maratona di Bergamo	22/04/2001	01	Bergamo
Luigi Perego	3	14	32			Gold Marathon Internazionale	17/10/1999	99	Cesano Boscone
Gerardo Togni	3	14	32			Treviso marathon	30/03/2008	08	V.Veneto-Treviso
Walter Bonazzi	3	14	41		*	Maratona di Reggio Emilia	09/12/2007	07	Reggio Emilia
Paolo Brignoli	3	14	46			Gold Marathon	07/11/1993	93	Cesano Boscone
Marco Baggi	3	14	50			Maratona di Bergamo	22/04/2001	01	Bergamo
Gerardo Togni	3	15	17			Lake Garda Marathon	28/09/2008	08	Limone - Malcesine
Adelio Picenni	3	15	23			Vigaranomaratona	20/03/1994	94	Vigarano Mainarda
Dario Finazzi	3	15	25			Firenze Marathon	26/11/2006	06	Firenze
Gerardo Togni	3	15	26			Maratona di Reggio Emilia	09/12/2007	07	Reggio Emilia
Dario Finazzi	3	15	27			Maratona di Livorno	11/11/2007	07	Livorno
Sergio Caprini	3	15	34		*	Milanocity Marathon	23/11/2008	08	Milano
Dario Finazzi	3	15	40			Maratona di Locarno	09/11/1997	97	Locarno
Stefano Cortinovis	3	15	42		*	Vienna City Marathon	27/04/2008	08	Vienna
Luigi Locatelli	3	15	45			Firenze Marathon	26/11/2006	06	Firenze
Luigi Perego	3	16	3			Bolognamaratona	07/04/2002	02	Bologna
Alberto Cucco	3	16	19			Maratona sul Brembo	06/01/2008	08	Roncola
Gerardo Togni	3	16	56			Turin Marathon	13/04/2008	08	Torino
Dario Finazzi	3	17	25			Treviso Marathon	06/03/2005	05	V.Veneto-Treviso
Gerardo Togni	3	18	49			Maratona di Livorno	11/11/2007	07	Livorno
Dario Finazzi	3	19	27			Maratona di Vedelago	25/04/1999	99	Vedelago
Donato Sacco	3	20	19			Maratona di Torino	15/04/2007	07	Torino
Fabio Crotti	3	20	30			Vigaranomaratona	01/03/1998	98	Vigarano Mainarda

Maratona

tutti i tempi "Fo' di pe"

Luigi Perego	3	20	58			Gold Marathon Internazionale	19/10/1998	98	Cesano Boscone
Adelio Picenni	3	21	1			Venice Marathon	07/10/1990	90	Strà-Venezia
Dario Finazzi	3	21	50			Maratona di S. Antonio	30/04/2000	00	Vedelago Padova
Roberto Pirola	3	22	22		*	Maratona di Reggio Emilia	15/12/1996	96	Reggio Emilia
Ivo Corti	3	22	36			Maratona del Custoza	14/05/2006	06	Sommacampagna
Giovanna Bellini	3	22	58		*	Maratona Internazionale di Bergamo	20/09/1998	98	Bergamo
Luigi Locatelli	3	23	1			Maratona Internazionale di Bergamo	20/09/1998	98	Bergamo
Luca Savoldi	3	23	2		*	Maratona Internazionale di Bergamo	20/09/1998	98	Bergamo
Adelio Picenni	3	23	12			Vigaranomaratona	21/03/1993	93	Vigarano Mainarda
Claudio Brignoli	3	23	14			Vigaranomaratona	21/03/1993	93	Vigarano Mainarda
Stefano D'Adda	3	23	43			Gold Marathon Internazionale	20/10/1996	96	Cesano Boscone
Alex Freti	3	23	45		*	Milanocity Marathon	23/11/2008	08	Milano
Donato Sacco	3	24	31			Maratona di Reggio Emilia	09/12/2007	07	Reggio Emilia
Luigi Perego	3	25	6			Maratona sulla sabbia	10/02/2008	08	S.Benedetto Tronto
Luca Savoldi	3	25	16			Maratona di Locarno	09/11/1997	97	Locarno
Dario Finazzi	3	25	16			Brescia Marathon	14/03/2004	04	Brescia
Roberto Piazzi	3	25	18			Brescia Marathon	14/03/2004	04	Brescia
Roberto Pirola	3	25	22			Gold Marathon Internazionale	20/10/1996	96	Cesano Boscone
Gerardo Togni	3	25	48			Maratona della Città di Roma	16/03/2008	08	Roma
Walter Bonazzi	3	25	50			Lake Garda Marathon	23/09/2007	07	Limone - Malcesine
Paolo Brignoli	3	25	58			Vigaranomaratona	21/03/1993	93	Vigarano Mainarda
Paolo Brignoli	3	26	12			Maratona di Vedelago	15/05/1994	94	Vedelago
Fabio Crotti	3	26	26			Firenze Marathon	26/11/2006	06	Firenze
Dario Finazzi	3	26	37			Maratona di Torino	15/04/2007	07	Torino
Dario Finazzi	3	26	42			Gold Marathon	19/10/1998	98	Cesano Boscone
Roberto Pirola	3	26	50			Maratona di Bergamo	01/06/1997	97	Bergamo
Filippo Zaccaria	3	26	50		*	Milanocity Marathon	23/11/2008	08	Milano
Gerardo Togni	3	27	2			Maratona di Reggio Emilia	10/12/2006	06	Reggio Emilia
Luigi Perego	3	27	12			Maratona Internazionale di Bergamo	20/09/1998	98	Bergamo
Paolo Brignoli	3	27	21			Maratona Internazionale	11/11/1990	90	Cesano Boscone
Roberto Pirola	3	27	26			Maratona di Vedelago	27/04/1997	97	Vedelago
Luigi Locatelli	3	28	23			Maratona del Custoza	14/05/2006	06	Sommacampagna
Ferruccio Gamba	3	28	45			Firenze Marathon	26/11/2006	06	Firenze
Paolo Brignoli	3	28	52			Vigarano Maratona	20/03/1994	94	Vigarano Mainarda
Luigi Locatelli	3	29	1			Treviso Marathon	06/03/2005	05	V.Veneto-Treviso
Dario Finazzi	3	29	2			Maratona Internazionale di Bergamo	20/09/1998	98	Bergamo
Fabio Crotti	3	29	16			Maratona di Locarno	09/11/1997	97	Locarno
Stefano Cortinovis	3	29	21			Treviso marathon	30/03/2008	08	V.Veneto-Treviso
Lucio Bazzana	3	29	38			Venice Marathon	27/10/1996	96	Strà-Venezia
Piero Maffeis	3	29	41		*	Venice Marathon	27/10/1996	96	Strà-Venezia
Roberto Pirola	3	29	52			Gold Marathon	05/11/1995	95	Cesano Boscone
Luigi Locatelli	3	30	24			Maratona di S. Antonio	30/04/2000	00	Vedelago Padova
Luca Gregis	3	30	34		*	Maratona del mare	07/12/2008	08	Sanremo
Luca Savoldi	3	32	10			Vigaranomaratona	01/03/1998	98	Vigarano Mainarda
Paolo Brignoli	3	33	30			Maratona di Livorno	14/11/2004	04	Livorno
Dario Finazzi	3	34	28			Maratona del Custoza	14/05/2006	06	Sommacampagna
Luigi Locatelli	3	34	34			Milanocity Marathon	23/11/2008	08	Milano
Roberto Pirola	3	34	41			Venice Marathon	28/10/1995	95	Strà-Venezia
Claudio Ongaro	3	35	5		*	Maratona della Città di Roma	16/03/2008	08	Roma
Claudio Ongaro	3	35	24			New York City Marathon	02/11/2008	08	New York
Roberto Pirola	3	35	56			Gold Marathon Internazionale	19/10/1997	97	Cesano Boscone
Paolo Brignoli	3	36	34			Firenze Marathon	26/01/2006	06	Firenze
Luigi Perego	3	36	50			Turin Marathon	13/04/2003	03	Torino
Luigi Locatelli	3	37	48			Treviso marathon	30/03/2008	08	V.Veneto-Treviso
Stefano Cortinovis	3	37	54			Placentia Marathon	02/03/2008	08	Piacenza
Claudio Brignoli	3	37	59			Maratona Internazionale	10/11/1991	91	Cesano Boscone
Roberto Pirola	3	38	59			Turin Marathon	12/05/1996	96	Torino
Roberto Pirola	3	38	59			Sudtirol Marathon	13/04/1998	98	Egna
Paolo Brignoli	3	39	16			Venice Marathon	07/10/1990	90	Strà-Venezia
Roberto Pirola	3	40	42			Turin Marathon	24/04/1995	95	Torino
Claudio Brignoli	3	41	17			Venice Marathon	07/10/1990	90	Strà-Venezia
Fabio Crotti	3	41	58			Maratona del mare	07/12/2008	08	Sanremo
Claudio Ongaro	3	43	13			Milanocity Marathon	23/11/2008	08	Milano
Giuseppina Poma	3	43	34		*	Maratona di Praga	23/05/1999	99	Prague
Giuseppina Poma	3	45	30			Maratona di Atene	20/10/1996	96	Athens
Luigi Perego	3	46	4			Maratona di S. Antonio	30/04/2000	00	Vedelago Padova
Luigi Perego	3	46	36			Maratona di Bergamo	30/05/1999	99	Bergamo
Giuseppina Poma	3	47	5			Maratona di Parigi	05/04/1998	98	Paris
Alberto Cucco	3	47	57			Lake Garda Marathon	28/09/2008	08	Limone - Malcesine
Gerardo Togni	3	49	56			Firenze Marathon	26/11/2006	06	Firenze
Roberto Pirola	3	50	15			Maratona Internazionale di Bergamo	20/09/1998	98	Bergamo
Alfonso Di Sirio	3	50	28		*	Gold Marathon Internazionale	19/10/1997	97	Cesano Boscone
Gerardo Togni	3	50	46			Maratona del mare	07/12/2008	08	Sanremo
Giuseppina Poma	3	52	-			Venice Marathon	26/10/1997	97	Strà-Venezia
Gerardo Togni	3	54	40			Venice Marathon	23/10/2005	05	Strà-Venezia
Paolo Brignoli	3	55	31			Maratona del mare	07/12/2008	08	Sanremo
Alfonso Di Sirio	3	56	44			Gold Marathon Internazionale	20/10/1996	96	Cesano Boscone
Fabio Mangiovini	3	57	30		*	Maratona di Bergamo	01/06/1997	97	Bergamo

Maratona

tutti i tempi "Fo' di pe"

Alfonso Di Sirio	3	58	10			Maratona del Custoza Sommacampagna	13/05/2001	01	
Alfonso Di Sirio	3	58	11			Vigaranomaratona	03/03/1996	96	Vigarano Mainarda
Stefano Pirovano	3	58	48		*	Berlin Marathon	24/09/2006	06	Berlino
Mario Gamba	3	59	37		*	Maratona della Città di Roma	16/03/2008	08	Roma
Giuseppina Poma	4	0	27			Maratona d'Italia	08/10/1995	95	Carpi
Gerardo Togni	4	1	30			Venice Marathon	26/10/2008	08	Strà-Venezia
Antonio Bonazzi	4	3	38		*	Milanocity Marathon	23/11/2008	08	Milano
Vania Vecera	4	5	58		*	New York City Marathon	02/11/2008	08	New York
Giorgio Rota	4	14	3		*	Milanocity Marathon	02/12/2007	07	Milano
Giuseppina Poma	4	15	-			Maratona di Londra	13/04/1997	97	London
Gerardo Togni	4	20	44			Maratona del Custoza	14/05/2006	06	Sommacampagna
Alfonso Di Sirio	4	27	57			Placentia Marathon	06/01/1996	96	Piacenza
Mario Gamba	4	38	3			New York City Marathon	02/11/2008	08	New York
Luigi Perego	4	51	41			Ecomaratona del Ventasso	11/07/2004	04	Busana (RE)

tutti i tempi "Fo' di pe"

100 km

100 km						AGGIORNATO AL 26 LUGLIO 2008			
atleta	ore	min	sec		record	denominazione competizione	data	anno	luogo
Lucio Bazzana	7	55	40		*	Intermelia 100 km Track	08/04/2001	01	Camporosso
Lucio Bazzana	7	58	17			Russian Cup	03/07/1994	94	Kaluga
Lucio Bazzana	8	0	10			100 Km Parco Lago Segrino	08/03/1997	97	Eupilio
Lucio Bazzana	8	11	22			Run 2000 100 Km Solo	09/09/2000	00	Winschoten
Lucio Bazzana	8	12	15			Intermelia 100 km Track	07/04/2002	02	Camporosso
Lucio Bazzana	8	21	12			Iau Run '95 Solo	16/09/1995	95	Winschoten
Lucio Bazzana	8	21	59			100 Km - La Notte dei Leoni	19/07/2003	03	Jesi
Lucio Bazzana	8	23	18			100 Km del Passatore	25/05/1996	96	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	8	26	49			100 Km del Passatore	25/05/1993	93	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	8	37	20			100 Km del Passatore	25/05/2002	02	Firenze-Faenza
Gerardo Togni	8	41	44		*	100 Km del Passatore	30/05/1998	98	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	8	49	23			100 Km dei Gladiatori	09/04/1994	94	S.M. Capuav.
Donato Sacco	8	50	18		*	100 Km del Passatore	27/05/2007	07	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	8	51	59			100 Km del Passatore	29/05/1999	99	Firenze-Faenza
Gerardo Togni	8	52	-			100 Km del Passatore	31/05/1997	97	Firenze-Faenza
Marco Baggi	8	53	20		*	100 Km - La Notte dei Leoni	19/07/2003	03	Jesi
Lucio Bazzana	8	53	57			100 Km del Passatore	28/05/2005	05	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	8	54	12			100 Km del Passatore	25/05/1991	91	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	8	54	57			100 Km del Passatore	29/05/1994	94	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	8	58	7			100 Km del Passatore	29/05/2004	04	Firenze-Faenza
Marco Baggi	8	58	7			100 Km del Passatore	29/05/2004	04	Firenze-Faenza
Marco Baggi	8	59	45			100 Km del Passatore	28/05/2006	06	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	9	8	36			100 Km del Passatore	31/05/1997	97	Firenze-Faenza
Marco Baggi	9	11	45			100km Rimini Extreme	26/07/2008	08	Rimini
Lucio Bazzana	9	14	9			100 Km del Passatore	24/05/2003	03	Firenze-Faenza
Adelio Picenni	9	19	39		*	100 Km del Passatore	29/05/1993	93	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	9	20	13			100 Km dei Gladiatori	28/09/1992	92	S. Maria Capuavetere
Marco Baggi	9	22	14			100 Km del Passatore	01/06/2008	08	Firenze-Faenza
Marco Baggi	9	24	22			100 Km del Passatore	28/05/2005	05	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	9	25	6			100 Km Lauf	15/06/2002	02	Biel-Bienne
Lucio Bazzana	9	30	10			100 Km del Passatore	30/05/1992	92	Firenze-Faenza
Marco Baggi	9	31	29			100 Km del Passatore	27/05/2007	07	Firenze-Faenza
Roberto Piazzi	9	35	6		*	100 Km del Passatore	01/06/2008	08	Firenze-Faenza
Marco Baggi	9	37	47			100 Km del Passatore	24/05/2003	03	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	9	50	-			100 Km del Passatore	26/05/1990	90	Firenze-Faenza
Roberto Piazzi	9	55	2			100 Km del Passatore	27/05/2007	07	Firenze-Faenza
Gerardo Togni	9	56	33			100 Km del Passatore	27/05/1995	95	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	10	1	-			100 Km del Passatore	27/05/1989	89	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	10	12	57			100 Km del Passatore	27/05/1995	95	Firenze-Faenza
Luigi Perego	10	19	40		*	100 Km del Passatore	29/05/2004	04	Firenze-Faenza
Roberto Piazzi	10	28	8			100 Km del Passatore	28/05/2006	06	Firenze-Faenza
Luigi Perego	10	28	9			100 Km del Passatore	28/05/2006	06	Firenze-Faenza
Donato Sacco	10	28	9			100 Km del Passatore	28/05/2006	06	Firenze-Faenza
Adelio Picenni	10	44	2			100 Km del Passatore	29/05/1994	94	Firenze-Faenza
Dario Finazzi	10	45	55		*	100 Km del Passatore	28/05/2006	06	Firenze-Faenza
Luigi Locatelli	10	51	26		*	100 Km del Passatore	01/06/2008	08	Firenze-Faenza
Luigi Locatelli	11	0	2			100 Km del Passatore	28/05/2006	06	Firenze-Faenza
Luigi Perego	11	11	15			100 Km del Passatore	28/05/2005	05	Firenze-Faenza
Dario Finazzi	11	12	59			100 Km del Passatore	27/05/2007	07	Firenze-Faenza
Luigi Locatelli	11	13	-			100 Km del Passatore	27/05/2007	07	Firenze-Faenza
Luigi Perego	11	30	30			100 Km del Passatore	25/05/2003	03	Firenze-Faenza
Dario Finazzi	11	30	42			100 Km del Passatore	28/05/2005	05	Firenze-Faenza
Roberto Piazzi	11	38	48			100 Km del Passatore	28/05/2005	05	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	11	41	42			100 Km del Passatore	28/05/2006	06	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	11	52	25			100 Km del Passatore	31/05/1998	98	Firenze-Faenza
Luigi Perego	11	57	12			100 Km del Passatore	27/05/2007	07	Firenze-Faenza
Luigi Perego	12	19	21			100 Km del Passatore	01/06/2008	08	Firenze-Faenza
Luigi Locatelli	12	43	58			100 Km del Passatore	31/05/1997	97	Firenze-Faenza
Lucio Bazzana	13	21	37			100 Km del Passatore	27/05/2000	00	Firenze-Faenza
Gerardo Togni	14	21	9			100 Km del Passatore	01/06/2008	08	Firenze-Faenza
Piero Maffeis	15	27	41		*	100 Km del Passatore	29/05/1999	99	Firenze-Faenza
Antonio Bonazzi	16	11	50		*	100 Km del Passatore	01/06/2008	08	Firenze-Faenza

“Odio gli indifferenti.

Credo che vivere voglia dire essere partigiani.
Chi vive veramente non può non essere cittadino e partigiano.

L’indifferenza è abulia, è parassitismo, è vigliaccheria, non vita.
Perciò odio gli indifferenti.

L’indifferenza è il peso morto della storia.
L’indifferenza opera potentemente nella storia.
Opera passivamente, ma opera.

E’ la fatalità; su cui non si può contare; è ciò che sconvolge i programmi, che rovescia i piani meglio costruiti; è la materia bruta che strozza l’intelligenza. Ciò che succede, il male che si abbatte su tutti, avviene perché la massa degli uomini abdica alla sua volontà, lascia promulgare le leggi che solo la rivolta potrà abrogare,lascia salire al potere uomini che poi solo un ammutinamento potrà rovesciare. Tra l’assenteismo e l’indifferenza poche mani, non sorvegliate da alcun controllo, tessono la tela della vita collettiva, e la massa ignora, perché non se ne preoccupa; e allora sembra sia la fatalità a travolgere tutto e tutti, sembra che la storia non sia altro che un enorme fenomeno naturale, un’eruzione,un terremoto del quale rimangono vittime tutti, chi ha voluto e chi non ha voluto, chi sapeva e chi non sapeva, chi era stato attivo e chi indifferente.
Alcuni piagnucolano pietosamente, altri bestemmiano oscenamente, ma nessuno o pochi si domandano: se avessi fatto anch’io il mio dovere, se avessi cercato di far valere la mia volontà, sarebbe successo ciò che è successo?

Odio gli indifferenti anche per questo: perché mi dà fastidio il loro piagnisteo da eterni innocenti. Chiedo conto a ognuno di loro del come ha svolto il compito che la vita gli ha posto e gli pone quotidianamente, di ciò che ha fatto e specialmente di ciò che non ha fatto.
E sento di poter essere inesorabile, di non dover sprecare la mia pietà, di non dover spartire con loro le mie lacrime.
Sono partigiano, vivo, sento nelle coscienze della mia parte già pulsare l’attività della città futura che la mia parte sta costruendo.
E in essa la catena sociale non pesa su pochi, in essa ogni cosa che succede non è dovuta al caso, alla fatalità, ma è intelligente opera dei cittadini.
Non c’è in essa nessuno che stia alla finestra a guardare mentre i pochi si sacrificano, si svenano.

Vivo, sono partigiano.
Perciò odio chi non parteggia, odio gli indifferenti”.

Antonio Gramsci , 11 febbraio 1917

Almanacco 2008 – n.20

Curato e realizzato da Karestia e Vengo Col Tempo

grazie ai contributi di:

Forvezeta, Karestia, Vengo Col Tempo,Pannocchia,Innominato,Cucciolo e Quattroprimi.

Finito di stampare il 29 dicembre 2008 – n. 40 copie

Associazione Sportiva Dilettantistica Fo’di pe
sede di attività via Polo Civico,2-c/o Palestra Valpala Valbrembo(BG)