

A photograph of two individuals in high-visibility work clothes shaking hands on a gravel path. The person on the left wears a yellow jacket and blue pants with a white stripe. The person on the right wears a yellow jacket and dark pants with 'Cooper' written vertically in yellow. They are wearing black and red work gloves. The background is a gravel path with some dry leaves.

**Patto**

**di stabilità**

**24**

**ALMANACCO 2012**

# Completivo partecipazioni Atleti Fdp

	1989	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	TOTALE PRESENZE
LUCIO BAZZANA	1	4	10	20	16	26	19	12	13	22	17	17	19	22	28	29	27	22	-	-	-	-	-	-	-
PAOLO BRIGNOLI	0	3	6	17	19	25	10	4	8	12	11	10	11	15	15	16	15	25	26	22	7	7	0	0	324
ADELIO PICENNI	0	1	5	5	14	8	4	1	0	0	3	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	284
CLAUDIO BRIGNOLI	0	1	6	11	23	15	5	2	3	8	10	6	5	0	1	2	3	6	4	4	-	-	-	-	41
STEFANO D'ADDA	-	-	-	11	12	19	12	8	11	12	1	0	1	0	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	115
GERRY TOGNI	-	-	-	-	15	10	14	6	13	4	0	0	-	-	-	-	10	23	16	25	24	23	18	8	87
GIUSY POMA	-	-	-	-	1	8	7	2	3	6	6	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	209
ROBY PIROLA	-	-	-	-	-	8	9	14	13	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	33
BEPE MILESI	-	-	-	-	-	1	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	47
PIERO MAFFEIS	-	-	-	-	-	-	1	1	8	8	6	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6
ALFONSO DI SIRIO	-	-	-	-	-	-	-	7	10	12	8	13	10	0	0	0	0	1	0	0	-	-	-	-	24
FABIO MANGIOVINI	-	-	-	-	-	-	-	2	6	0	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	61
LUGI LOCATELLI	-	-	-	-	-	-	-	-	7	9	7	7	8	7	1	1	4	17	10	9	11	8	8	0	10
DARIO FINAZZI	-	-	-	-	-	-	-	-	6	10	7	4	4	9	9	3	5	14	12	9	9	10	11	3	114
GRAZIANO PELUCCHI	-	-	-	-	-	-	-	-	7	0	4	0	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	125
MARINO POLINI	-	-	-	-	-	-	-	-	3	8	2	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	11
LUCA SAVOLDI	-	-	-	-	-	-	-	-	3	7	0	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	13
FABIO CROTTI	-	-	-	-	-	-	-	-	2	5	1	1	6	4	0	0	0	8	9	6	11	8	10	1	10
SIMON ARGAW	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	72
LUGI PEREGO	-	-	-	-	-	-	-	-	-	11	16	13	14	25	44	27	28	26	31	28	19	17	14	13	2
GIOVANNA BELLINI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	0	0	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	326
MARCO BAGGI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	15	21	26	27	23	25	28	24	35	26	29	18	299
ROBERTO PIAZZI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	12	13	18	21	20	26	25	24	25	184
DONATO SACCO	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	0	13	16	0	-	-	-	-	33
IVO CORTI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	31	19	10	14	2	5	12	95
STEFANO PIROVANO	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	9	6	2	-	-	-	-	17
CLAUDIO GAMBA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	21	32	2	-	-	-	-	56
FERRUCCIO GAMBA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	12	34	35	30	-	-	-	112
PAOLO SILVA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	15	14	14	16	11	26	17	102
PAMELA CARMINATI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0	-	-	-	-	0
ROBERTO ROTA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	12	11	7	14	12	80
WALTER BONAZZI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	12	7	3	6	9	4	41
GIORGIO ROTA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	5	1	2	-	-	13
FRANCESCA PELLEGRINI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	12	-	-	-	-	18
ALDO BERTUZZI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	0	-	-	-	-	2
SERGIO CAPRINI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	21	17	6	13	73
CLAUDIO ONGARO	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	13	19	11	11	12	66
MARCO CARRARA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	15	4	8	4	32	32
STEFANO CORTINOVIS	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	32	31	21	13	8	8	105
ALBERTO CUCCO	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	18	14	13	15	15	16	76
MARCO FERRARINI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0	-	-	-	0
MONICA MAFFI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	19	5	1	1	4	30
GIOVANNI MORETTI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	18	32	20	22	-	92
MARIO GAMBA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	-	-	-	-	10
FILIPPO ZACCARIA	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	22	26	30	25	8	111
ANTONIO BONAZZI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	6	11	6	6	37
ALEX FRETTI	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	20	15	21	11	72



# CLASSIFICA FINALE CAMPIONATO SOCIALE 2012

		5000 metri	10000 metri	10000 strada	½ maratona	½ maratona	½ maratona	maratona	maratona	100 chilometri	montagna-sky	tot. punti	
1	<b>Velo</b>	tempo	17' 44"	36' 42"	37' 17"	1 19' 56"	1 20' 08"	1 22' 55"	2 54' 37"	2 56' 08"	8 54' 47"	2 13' 40"	<b>2299</b>
		punteggio	209	213	210	220	219	214	211	209	213	161	
		bonus	20	40		40			60		60		
		data	19-set	06-ott	14-set	21-ott	30-set	29-gen	18-nov	04-mar	15-apr	05-ago	
		luogo	Milano	Guanzate	Cassano d'A.	Cremona	Mantova	S. Guadenzio	Torino	Piacenza	Torino	S.Zaccaria	
2	<b>Sigi</b>	tempo	17' 37"	37' 15"	37' 46"	1 22' 13"	1 22' 45"	1 23' 17"	2 59' 22"	3 07' 02"	10 07' 10"	4 40' 15"	<b>2217</b>
		punteggio	210	211	208	215	214	213	206	198	198	224	
		bonus	40	20		20			40				
		data	19-set	14-set	20-apr	29-gen	02-set	30-set	18-mar	04-mar	29-mag	29-lug	
		luogo	Milano	Cassano d'A.	Valbrebro	S. Guadenzio	C. Rozzone	Mantova	Roma	Piacenza	Faenza	Premana	
3	<b>Soldatino</b>	tempo	18' 45"	38' 25"	38' 39"	1 23' 26"	1 24' 54"	1 26' 47"	3 04' 19"	3 08' 44"	10 19' 57"	5 41' 1"	<b>2045</b>
		punteggio	197	206	205	213	210	206	201	197	196	194	
		bonus							20				
		data	19-set	14-set	02-set	19-feb	14-ott	28-ott	04-mar	18-nov	29-mag	29-lug	
		luogo	Milano	Cassano d'A.	C. Rozzone	Vittuone	Carpi	Castellazzo	Piacenza	Torino	Faenza	Premana	
4	<b>Coscia</b>	tempo	18' 18"	38' 42"	39' 06"	1 25' 17"	1 27' 47"	1 28' 15"	3 12' 38"	3 21' 23"	10 04' 09"	3 47' 02"	<b>1969</b>
		punteggio	202	205	203	209	204	203	193	184	198	148	
		bonus									20		
		data	19-set	14-set	02-set	19-feb	14-ott	29-gen	15-apr	18-nov	29-mag	24-giu	
		luogo	Milano	Cassano d'A.	C. Rozzone	Vittuone	Carpi	S. Guadenzio	Milano	Torino	Faenza	S.Giovanni B.	
5	<b>Pirata</b>	tempo	19' 51"	41' 27"	40' 28"	1 29' 11"	1 31' 02"	1 38' 55"	3 51' 36"	3 56' 20"	13 26' 08"	6 56' 43"	<b>1847</b>
		punteggio	183	194	198	201	197	182	154	149	158	231	
		bonus											
		data	30-mag	14-set	20-apr	29-gen	18-nov	19-feb	04-mar	09-dic	14-ott	05-ago	
		luogo	Bergamo	Cassano d'A.	Valbrebro	S. Guadenzio	Crema	Vittuone	Treviso	R. Emilia	S. Vincent	Veza d'O.	
6	<b>Gigione</b>	tempo	20' 12"	42' 46"	43' 13"	1 32' 00"	1 34' 29"	1 35' 08"	3 22' 20"	3 28' 52"	14 08' 20"	2 48' 58"	<b>1766</b>
		punteggio	179	188	187	196	191	189	183	177	150	126	
		bonus											
		data	19-set	14-set	02-set	28-ott	26-feb	29-gen	18-nov	04-mar	29-mag	05-ago	
		luogo	Milano	Cassano d'A.	C. Rozzone	Castellazzo	Treviglio	S. Guadenzio	Torino	Piacenza	Faenza	S.Zaccaria	
7	<b>Giava</b>	tempo	19' 10"	38' 52"	40' 37"	1 29' 37"	1 30' 31"	1 31' 17"	3 18' 48"	3 31' 50"		2 48' 43"	<b>1685</b>
		punteggio	192	204	197	200	198	197	187	174		136	
		bonus											
		data	19-set	14-set	20-apr	30-set	29-gen	02-set	18-mar	25-nov		13-mag	
		luogo	Milano	Cassano d'A.	Valbrebro	Mantova	S. Guadenzio	C. Rozzone	Roma	Firenze		Villa d'Alme	
8	<b>Ale</b>	tempo	18' 55"	38' 59"	38' 14"	1 27' 22"	1 27' 33"	1 29' 27"	3 04' 54"			2 17' 14"	<b>1584</b>
		punteggio	195	204	207	205	204	201	201			167	
		bonus											
		data	30-mag	14-set	05-mag	01-apr	26-feb	30-set	15-apr			13-mag	
		luogo	Bergamo	Cassano d'A.	Bergamo	Gazzaniga	Treviglio	Mantova	Milano			Villa d'Alme	
9	<b>Battiato</b>	tempo	19' 44"	39' 56"	41' 03"	1 28' 03"	1 29' 54"	1 34' 19"	3 33' 48"			5 41' 43"	<b>1532</b>
		punteggio	185	200	195	203	200	191	172			186	
		bonus											
		data	17-giu	14-ott	05-mag	11-nov	21-ott	30-set	04-mar			15-apr	
		luogo	Pavia	Pavia	Bergamo	Busto Arsizio	Cremona	Mantova	Treviso			Villa di Teolo	
10	<b>Sala</b>	tempo		39' 57"	40' 49"	1 25' 09"	1 49' 31"		3 07' 02"	3 18' 40"	10 29' 33"	2 20' 27"	<b>1498</b>
		punteggio		200	196	209	160		198	187	194	154	
		bonus											
		data		14-set	29-giu	02-set	29-gen		18-mar	09-set	29-mag	05-ago	
		luogo	Cassano d'A.	Lecco	C. Rozzone	S. Guadenzio		Roma	Lovere	Faenza	S.Zaccaria		
11	<b>Brontolo</b>	tempo	17' 22"	35' 38"	36' 37"	1 17' 20"	1 18' 18"	1 23' 03"					<b>1484</b>
		punteggio	213	217	213	225	223	213					
		bonus	60	60		60							
		data	19-set	14-set	08-set	18-nov	14-ott	01-apr					
		luogo	Milano	Cassano d'A.	Roncello	Crema	Carpi	Gazzaniga					
12	<b>Grisù</b>	tempo	21' 57"	43' 06"	44' 09"	1 35' 23"	1 41' 48"		4 32' 18"	4 37' 45"	12 21' 01"	21 49' 25"	<b>1462</b>
		punteggio	158	187	183	189	176		113	108	175	173	
		bonus											
		data	17-giu	14-set	20-apr	18-nov	30-set		04-mar	16-apr	29-mag	15-lug	
		luogo	Pavia	Cassano d'A.	Valbrebro	Crema	Mantova		Treviso	Boston	Faenza	Morgex	
13	<b>Onga</b>	tempo	23' 40"	46' 50"	43' 15"	1 46' 22"	1 46' 22"	1 47' 00"	3 56' 00"	4 22' 16"	12 21' 02"		<b>1441</b>
		punteggio	138	172	187	167	167	166	150	123	171		
		bonus											
		data	14-set	14-set	20-apr	25-mar	02-set	20-mag	19-feb	18-mar	27-apr		
		luogo	Cassano d'A.	Cassano d'A.	Valbrebro	Milano	C. Rozzone	Rimini	Miami	Roma	Faenza		
14	<b>Goodyear</b>	tempo	18' 03"	38' 37"	38' 47"	1 27' 49"	1 29' 06"	1 26' 46"				3 17' 17"	<b>1388</b>
		punteggio	205	205	204	204	201	206				163	
		bonus											
		data	19-set	14-set	02-set	26-feb	18-mar	14-ott				24-giu	
		luogo	Milano	Cassano d'A.	C. Rozzone	Treviglio	Vigevano	Carpi			S.Giovanni B.		
15	<b>Ventesimo</b>	tempo	19' 27"	41' 03"	40' 23"	1 33' 52"	1 31' 18"	1 33' 54"				2 34' 38"	<b>1312</b>
		punteggio	188	195	198	192	197	192				150	
		bonus											
		data	19-set	14-set	02-set	29-gen	18-mar	19-feb				05-ago	
		luogo	Milano	Cassano d'A.	C. Rozzone	S. Guadenzio	Vigevano	Vittuone			Roncobello		
16	<b>Crema</b>	tempo	18' 02"	43' 35"	38' 01"	1 27' 52"	1 28' 35"		3 33' 22"			1 07' 05"	<b>1298</b>
		punteggio	205	185	207	204	202		172			123	
		bonus											
		data	30-mag	14-set	05-mag	01-apr	29-gen		04-mar			02-giu	
		luogo	Bergamo	Cassano d'A.	Bergamo	Gazzaniga	Siracusa	Piacenza			Valbondione		

17	Vengo	tempo punteggio bonus data luogo	19' 32" 187 17-giu Pavia	42' 57" 188 14-set Cassano d'A.	40' 11" 199 20-apr Valbrebro	1 27' 08" 205 26-feb Treviglio			3 09' 33" 196 04-mar Piacenza		9 04' 02" 211 40 29-mag Faenza	1226
18	Vetta	tempo punteggio bonus data luogo			40' 29" 198 28-ott Milano	1 28' 05" 203 18-nov Crema	1 30' 51" 198 21-ott Cremona	1 32' 09" 195 26-feb Treviglio	3 26' 13" 179 04-mar Piacenza		3 24' 40" 160 24-giu S.Giovanni B.	1133
19	Rosella	tempo punteggio bonus data luogo			46' 20" 194 07-ott Verona	1 42' 55" 194 18-mar Vigevano	1 45' 29" 189 15-apr Dolo	1 46' 57" 186 04-mar Cellatica	3 44' 39" 185 22-apr Padova	3 50' 23" 179 28-ott Venezia		1127
20	Spook	tempo punteggio bonus data luogo				1 38' 02" 183 26-feb Treviglio	1 41' 30" 177 18-nov Crema	1 45' 19" 169 30-set Padenghe	3 45' 02" 160 15-apr Milano	3 47' 14" 158 18-mar Roma	2 44' 09" 140 05-ago Roncobello	987
21	Matteo	tempo punteggio bonus data luogo			40' 02" 199 20-apr Valbrebro	1 26' 22" 207 18-nov Crema	1 27' 26" 205 26-feb Treviglio	1 29' 02" 201 30-set Padenghe			2 24' 27" 160 05-ago Roncobello	972
22	Sambòkan	tempo punteggio bonus data luogo			44' 44" 181 05-mag Bergamo	1 37' 37" 184 01-apr Gazzaniga	1 39' 41" 180 26-feb Treviglio	1 43' 23" 173 12-feb Lecco	5 33' 00" 53 30-giu Bressanone		2 22' 28" 162 13-mag Villa d'Alme	933
23	Cucciolo	tempo punteggio bonus data luogo	19' 06" 192 17-giu Pavia	43' 22" 186 14-ott Pavia	39' 47" 200 20-apr Valbrebro	1 25' 58" 208 19-feb Verona					2 39' 40" 135 05-ago S.Zaccaria	921
24	Dotto	tempo punteggio bonus data luogo	23' 43" 137 30-mag Bergamo	46' 30" 174 14-set Cassano d'A.	50' 23" 158 20-apr Valbrebro	1 50' 05" 159 28-ott Castellazzo	1 53' 44" 152 01-apr Gazzaniga	4 26' 30" 119 19-ago Adelaide				899
25	Peteni	tempo punteggio bonus data luogo	20' 48" 172 17-giu Pavia		41' 42" 193 18-nov Crema	1 36' 39" 186 02-set C. Rozzone			3 58' 07" 147 18-mar Roma		2 32' 05" 142 05-ago S.Zaccaria	840
26	Walter	tempo punteggio bonus data luogo				1 24' 06" 211 04-mar Piacenza	1 24' 14" 211 18-mar Vigevano	1 27' 55" 204 01-apr Gazzaniga			6 07' 29" 181 29-lug Premana	807
27	Sara	tempo punteggio bonus data luogo			52' 57" 168 05-mag Bergamo	1 59' 26" 161 26-feb Treviglio			4 20' 23" 149 18-mar Roma	4 20' 29" 149 15-apr Milano	17 48' 41" 121 29-mag Faenza	748
28	Rasita	tempo punteggio bonus data luogo			40' 02" 199 05-mag Bergamo	1 31' 21" 197 01-apr Gazzaniga			4 39' 36" 106 22-gen Monteforte		8 54' 47" 194 17-mar Vicenza	696
28	Lactima	tempo punteggio bonus data luogo				1 22' 23" 234 03-giu Cantù	1 23' 45" 232 24-giu Camignone	1 25' 57" 228 01-apr Gazzaniga				694
30	Letizia	tempo punteggio bonus data luogo			49' 13" 183 11-mar Brescia	1 56' 55" 166 21-ott Cremona	1 57' 06" 165 25-mar Milano					514
31	Forvezata	tempo punteggio bonus data luogo				1 44' 40" 170 30-set Mantova			3 43' 27" 162 18-ago Reykjavik	3 45' 56" 160 09-dic R. Emilia		492
32	Comprabene	tempo punteggio bonus data luogo			40' 23" 198 20-apr Valbrebro						4 26' 1" 231 29-lug Premana	429
33	Skorpion	tempo punteggio bonus data luogo				1 32' 14" 195 29-gen S. Guadenzio			3 25' 46" 180 04-mar Treviso			375



## Albo d'oro campionato sociale

Anno	1° Classificato	2° Classificato	3° Classificato
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
2009	Vengo col tempo	Velo devo dire	Gian
2010	Velo devo dire	Vengo col tempo	Cucciolo
2011	Velo devo dire	Vengo col tempo	Soldatino
<b>2012</b>	<b>Velo devo dire</b>	<b>Sigi</b>	<b>Soldatino</b>

**Velo  
devo dire  
campione  
sociale  
2012**



## Albo d'oro trofeo Zatopek

Anno	1° Classificato	2° Classificato	3° Classificato
2001	Sei secondi	Quattroprimi	Tuono
2006	Cagio	Voglio	Ferro
2009	Cucciolo	Lacrima	Sapientino
2010	Crema	Vetta Bianca	Quattroprimi
2011	Cucciolo	Soldatino	Coscia pallida
<b>2012</b>	<b>Soldatino</b>	<b>Coscia pallida</b>	<b>Goodyear</b>



**Foto di gruppo  
prima della  
partenza dei  
10000 metri  
(svoltasi venerdì 14  
settembre a Cassano  
d'Adda)**

Prova	Posizione	Atleta	min	sec	dec
<b>10.000 metri</b>	1°	Brontolo	35	38	3
	2°	Sigi	37	15	1
	3°	Velo devo dire	37	17	7
<b>400 metri</b>	1°	Soldatino	1	4	9
	2°	Sigi	1	6	8
	3°	Coscia pallida	1	7	0
<b>5.000 metri</b>	1°	Crema	19	6	2
	2°	Soldatino	19	25	0
	3°	Goodyear	20	27	1



## Albo d'oro Diecimila della Capra

Anno	1° Classificato	2° Classificato	3° Classificato
2011	Gian	Cucciolo	Velo devo dire
2012	Sigi	Crema	Velo devo dire



Sigi corre verso la vittoria .. del  
seconda edizione svoltasi a  
Valbrembo venerdì 20 aprile 2012

Posizione	Nome atleta	Tempo
1°	Sigi	37 46
2°	Crema	38 04
3°	Velo	38 14
4°	Goodyear	39 04
5°	Cucciolo	39 47
6°	Matteo	40 02
7°	Vengo	40 11
8°	Comprabene	40 23
9°	Pirata	40 28
10°	Giava	40 37
11°	Vetta bianca	41 43
12°	Diego	41 59
13°	Cantiniere	42 05
14°	Onga	43 15
15°	Grisù	44 09
16°	Sandokan	45 09
17°	Dotto	50 23
18°	Coscia pallida	52 49



Sandokan guida la fuga iniziale ..

## Sotto il segno dei nuovi ...

Quest'anno con ben 60 atleti, di cui 6 ladies e 55 gentlemen, il gruppo fo' di pe ha segnato il record di iscritti. Inoltre nell'anno 2012 sono entrati ben 19 soci, ed anche questo è un record !!

Qui sotto le foto di alcune atlete ed atleti ..

### Innominato



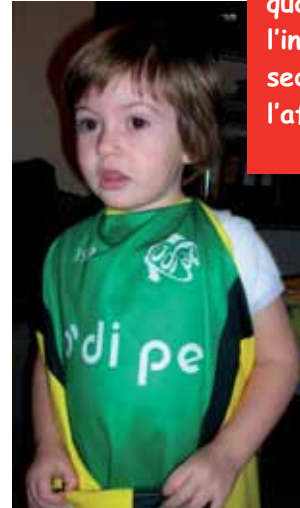
Letizia



Sara



Rosella



Alice: non è ancora tesserata ... ma quando farà l'ingresso in sede per l'affiliazione?



Luca



Fabio



Goodyear



Ol Giava



Diego



Soldatino



Sigi



Matteo

## La Profezia dei Maya



Sono quasi certo che tanti di voi come me sognano di svegliarsi in riva al mare, con il delicato rumore delle onde e il suo profumo.

Invece.... Sveglia, bagno, caffè, lavoro, corsa, cena e famiglia.... Giornate sempre uguali, scandite da appuntamenti che, alla fine, si assomigliano tutti, persi nel cielo azzurro o grigio di una metropoli o di un paese.

Questo è tutto ciò che porta avanti la vita di ognuno di noi, fino a quest'anno, con la postilla "LA PROFEZIA DEI MAYA"

Il 21 Dicembre 2012 era la data del calendario Gregoriano nella quale secondo alcune credenze e profezie si sarebbe dovuto verificare un evento, di natura imprecisata e di proporzioni planetaria, capace di produrre una significativa discontinuità storica con il passato; una trasformazione dell'umanità in senso spirituale oppure la fine del mondo. L'evento tanto atteso veniva collegato temporalmente alla fine di uno dei cicli del calendario Maya, erano previsti 2 eventi: la fine del mondo oppure con la trasformazione radicali del mondo stesso come l'inizio dell'ERA dell'AQUARIO, un periodo di pace globale e profonda evoluzione spirituale. Niente paura, la vera Profezia riguardava il nostro gruppo, dove con la fine di un ciclo (sta nella fine delle gestione del sito da parte del "Forvezeta", che ha dato vita al sito dal 1 Aprile 2006 e la fine del mandato dell'attuale esecutivo), e l'inizio di un nuovo ciclo (l'era del Blini webmaster spirituale con la creazione del nuovo sito nato 11 ottobre 2012), che ci porterà profonde evoluzioni globali sul mondo delle corse.... e la nascita del nuovo esecutivo.... Ma una altra certezza rimarrà nella memoria di tutti noi; " *un uomo che ci guarda dall'alto della maglia azzurra, ed in silenzio lavora per gli altri*" (Forvezeta). Si è lui "VENGO COL TEMPO".



Skorpion

## DUE PAGINETTE DA PANNOCCHIA

### SEI DI GENNAIO

Recentemente ho letto sul nostro sito, una piccola polemica sorta sulla mancata presenza di nostri atleti alla mezza organizzata in provincia il 6 di gennaio.

A questo non rilevante episodio mi voglio riallacciare per dare un significato a certe scelte.

Come Fo' di pe abbiamo sempre festeggiato il compleanno nel giorno della befana in quanto siamo nati il 6 di gennaio 1989.

Il modo di festeggiare fin dal primo anno è stato con bisboccia finale: in compagnia si corre, in compagnia si festeggia e in compagnia si mangia.

Finché, nel corso del 1999, è stato scelto il 6 di gennaio del 2000 come data per organizzare la Roncola's Crossing. La prima corsa organizzata dai Fo' di pe ! In questo caso, in compagnia eravamo sul terreno a eseguire i nostri incarichi.

Il tutto localizzato come logistica nel parco di Treviolo con una competizione di cross lungo di 16,093 km (le 10 miglia del Brembo), una competizione di cross medio di 8,047 km (le 5 miglia della lepre) e una competizione di cross corto per ragazzi (il miglio della befana) nei campi incolti risalendo l'argine e correndo sulla parte alta per poi ridiscendere nel parco ai bordi del fiume Brembo.

Ripensandoci ritengo, l'organizzazione di tale manifestazione, una forzatura pagata cara. Infatti i 17 soci di allora (con l'aiuto di famigliari ed amici) che ricordo - Cavallier Millemosce; zia Molly; signor Tarelli; Gigione; Gipsye; Gambadilegno; Conte Jena; Quattroprimi; Tuono; Sei secondi; Pannocchia; Karestia; Zatopek; Fuga; Picchio; Ol me Fabio; Pendolino - una volta ultimati con ottimi risultati i lavori, si sono sfaldati e parecchi sono fuoriusciti dopo "vivaci" discussioni. Da questa esperienza tre conclusioni: la prima è che quando è festa si festeggia! La seconda è che le cose vanno fatte nel migliore dei modi possibile ma ci deve essere una progressione testando la tenuta del gruppo. La terza che i premi non devono essere in denaro.

Così sulla data e sulla area individuata da noi nel 2000 sono calati negli anni successivi altri organizzatori di eventi. Come fo' di pe, per quel giorno, ci siamo però riservati il privilegio di poter festeggiare a modo nostro: in compagnia si corre, in compagnia si festeggia e in compagnia si mangia.

Per la cronaca, alla Roncola's Crossing ha partecipato, correndo le 10 miglia e giungendo alla 45<sup>a</sup> posizione, il nostro Vengo col tempo che allora stava pensando di entrare nei Fo' di pe.

### ALIBI

Quante volte per "giustificare" un cattivo risultato, non alla altezza delle aspettative si ricerca una scusa, un alibi: c'erano troppe curve, troppo rettilineo, troppo vento, troppo fango, troppo secco, la neve, il solleone, le stringhe slacciate, il ristoro troppo in qua, lo spugnaggio troppo in la, la maglia che sfrega, la sete, la fame, la troppa gente, la solitudine, il cronometro, il cartello dei chilometri ...

Comprendere che non sempre si può essere al meglio e sconfiggere la rassegnazione è la strada per uscire dalla crisi (non solo nello sport). E lo dico ad un gruppo dove c'è gente che pensa alle 24 ore, alla 9 colli, a sparta, al passatore, a corse in quota passando da vette a valli, che potrebbero fare lezioni su come sconfiggere crisi e rassegnazione.

Sappiamo che si vince quando si superano i propri limiti e le difficoltà. In questo la corsa è un maestro di vita. Bisognerebbe credere in quello che si fa anche se si cade. Ci si rialza e si cade nuovamente? E nuovamente ci si rialza.

E' quando smettiamo di crederci che se si cade non ci si rialza più.

Per chi non lo avesse ancora sentito, ma vale sempre la pena di fare un ripasso, consiglio di ricercare in internet: la teoria dell'alibi di Velasco. Troverete parecchi video interessanti in materia di alibi nello sport (e non solo).

Le serate ad Arcore? "Era il periodo in cui mi sentivo solo. Mi ero divorziato, mia madre era morta, mia sorella era morta, tornavo a casa e non c'era nessuno, i miei figli in giro per il mondo e allora una cosa dietro l'altra, organizzammo delle cose che però erano delle cose conviviali, di divertimento. A me piace cantare, a me piace raccontare e fare del gossip politico e sono caduto in questo tranello che è stato tutto costruito dalla magistratura milanese."

*"Non ti ho tradito. Dico sul serio. Ero... rimasto senza benzina. Avevo una gomma a terra. Non avevo i soldi per prendere il taxi. La tintoria non mi aveva portato il tigh. C'era il funerale di mia madre! Era crollata la casa! C'è stato un terremoto! Una tremenda inondazione! Le cavallette! Non è stata colpa mia! Lo giuro su Dio!"*

Ero triste perché non avevo scarpe quando incontrai un uomo che non aveva piedi.

E qui mi permetto di segnalarvi e di cercare sempre in internet un cortometraggio dal titolo: il circo della farfalla (the butterfly circus). Lo troverete sottotitolato in italiano, forse vi farà bene.

Proverbio cinese.

Quando soffia il vento del cambiamento alcuni costruiscono muri, altri mulini a vento.

Rivoluzione - Fiorella Mannoia

Che cosa evoca oggi la parola rivoluzione? Che cos'è oggi rivoluzionario? Viviamo in una sorta di mondo alla rovescia, dove l'illecito è diventato normale, dove i politici fanno spettacolo e gli attori, i cantanti, i comici, si occupano della politica. Dove viene scambiato il diritto per il favore. Dove la cultura è giudicata superflua e dispendiosa, praticamente inutile. Dove chi dovrebbe dare il buon esempio si vanta delle sue malefatte e giudica stupido chi si ostina a credere nella legalità, e lo discredita, lo calunnia, lo annienta. E la parola rivoluzione assume un significato più profondo, che riguarda anche il comportamento di ognuno di noi. Provo a fare un elenco di quello che per me oggi è rivoluzionario:

Rivoluzionario è il coraggio, rivoluzionaria è la sobrietà, l'educazione, la cultura, l'arte, rivoluzionario è il diritto alla scuola, al lavoro, alla salute, rivoluzionario è l'accesso alla conoscenza, rivoluzionario è il rifiuto della volgarità, anche quella dilagante dell'ostentazione del lusso, rivoluzionario è il rifiuto della violenza, anche quella verbale, rivoluzionario è dire a chi cerca di corromperti: "No, grazie". Rivoluzionario è insegnare ai propri figli il rispetto di tutte le diversità, l'accoglienza, la compassione, la fratellanza, la capacità e la volontà di provare a condividere il dolore degli altri, rivoluzionario è combattere il pregiudizio, rivoluzionaria è la ricerca della bellezza, rivoluzionario è spegnere la televisione e dedicarsi ai propri cari, coltivare delle passioni, continuare a giocare, rivoluzionario è il sorriso, la gentilezza, l'umiltà, il saper ridere anche di noi stessi e delle nostre miserie, rivoluzionaria è la semplicità, il godere di un buon cibo, di un buon vino, rivoluzionario è divertirsi ballando fino alle quattro del mattino senza bisogno di additivi chimici, rivoluzionario è guardarsi allo specchio senza vergognarsi di ciò che vediamo riflesso, rivoluzionario è non sentirsi al centro dell'universo e guardare altro oltre noi stessi, rivoluzionario è fare bene il proprio lavoro qualsiasi esso sia, rivoluzionaria è l'onestà, anche e soprattutto quella intellettuale, rivoluzionaria è l'etica, rivoluzionario è il coraggio delle proprie idee, rivoluzionario è chiedersi sempre che cosa si nasconda dietro le notizie dell'informazione ufficiale, non smettere mai di cercare, ragionare con la propria testa e porsi sempre delle domande, rivoluzionario è l'approfondimento contro la superficialità, rivoluzionario è il giornalismo della "seconda domanda", rivoluzionario è non piegare la testa di fronte ai potenti, chiunque essi siano. Rivoluzionario è schierarsi sempre dalla parte degli ultimi, chiunque essi siano.

Rivoluzionaria è la curiosità, la libertà di pensiero, rivoluzionaria è la coerenza, la gratitudine, la capacità di chiedere scusa, rivoluzionaria è la dignità, il rispetto, il perdono, rivoluzionaria è l'indignazione per l'ingiustizia ovunque si verifichi e avere il coraggio di gridarla, rivoluzionario è combattere l'avidità che è il più pericoloso dei mali, rivoluzionario è dare un senso alla propria vita rivendicando il diritto alla felicità ma avendo la consapevolezza che questo non passa solo attraverso il denaro. Rivoluzionario è fare ognuno il proprio dovere di cittadino ricercando sempre la verità, che è la più grande delle rivoluzioni.

## Pannocchia



Quando  
avevamo molti  
anni di meno ...

## Sei anni per trovare una casa

Era il 2007 quando il mio amico Donato Sacco detto " Voglio Morire " si aggiudicò la prima edizione del "Bracadeoss" .

Per vincere fu costretto a fare l'ultima maratona della stagione a Reggio Emilia , con un ginocchio distrutto . Ripensandoci ho la coscienza sporca ; se decise di correre fu colpa mia perche altrimenti avrei vinto .

Non sarebbe stato giusto , lui era il più forte . Giunsi secondo

Nel 2008 vince Ferruccio Gamba detto " Ferro " ; non c'è storia , è il più forte e con i bonus diventa veramente irraggiungibile .

Il secondo posto per me è a portata di mano , ma un serio infortunio al flessore sinistro patito in una mezza 15 gg. prima , mi costringe al ritiro alla maratona di Milano .

Fu una stupidaggine e la causa di una serie sterminata di piccoli infortuni che tutt'ora mi trascino . Alla fine conservai il terzo posto .

Il 2009 è l'anno della sconfitta più amara; non sono ancora il migliore nella 100 km ma sulle altre distanze, batto quasi sempre l'ottimo Vengo. Per una manciata di punti dovuti ai bonus sono secondo. Così è lo sport.

Comincia il 2010, viene introdotta nel campionato la corsa in montagna, mi oppongo, la ritengo tutt'ora una stupidaggine. Vengo accusato di non volerla perché così non posso vincere.

Invece la mia opposizione, oggi come allora è squisitamente di carattere tecnico, una questione di cultura sportiva. Mi concentro sulla "Nove Colli", chiudo in 25h 25', buono per molti, deludente per me.

Il campionato neppure lo guardo; a Settembre alcuni mi fanno notare che sono ancora in corsa.

Malgrado i flessori continuamente a rischio con piccoli infortuni, inizio una rimonta che si sarebbe dovuta concludere a Pisa; invece una ondata di gelo ne causò l'annullamento.

Fui costretto il 31 12 10 alla maratona di Calderara, mi sarebbe bastato qualsiasi tempo ma nella mentalità, forse sbagliata, da vecchio FDP, volevo vincere bene almeno sotto le famigerate 3h, così fu, malgrado le orge caloriche natalizie. Primo titolo, senza fare la corsa in montagna.

Si dice che vincere una volta è più facile che confermarsi, invece il 2011 è una corsa senza storia, il vantaggio finale sul secondo è veramente notevole.

E' l'anno in cui ottengo quello che per me è il miglior risultato in assoluto, il mio orgoglio; 8h 42' al passatore.

Vincere così facile però non è solo merito; impossibile non notare una involuzione prestativa di alcuni atleti, accompagnata dalla mancata crescita di altri. Questa situazione purtroppo ha trovato conferma anche nel corso dell'ultimo anno.

E siamo al presente; nel 2012 arrivano in società nuove forze, in particolare il Sigi. Subito si delinea un testa a testa. Francamente mi sento nei panni del vecchio campione destinato a soccombere di fronte ad un ottimo atleta 15 anni più giovane.

Sono concentrato sulla "Nove Colli" ma un occhio al campionato continuo a darlo.

Alla vigilia della partenza per Cesenatico mi giunge una tragica notizia che sapevo nell'aria ma non così presto.

Rinuncio e su questo non voglio dire altro. Sto bene, in forma, veloce, integro.

Ma il Sigi è veramente forte, mi batte in pista due volte nel breve volgere, sul 10000 mt e sul 5000 mt, il campionato sembra perso.

Mi faccio coraggio alla mezza di Mantova, per la prima volta lo batto in uno scontro diretto, ma non basta.

Devo prendere un bonus, vado a Guanzate, pista , 10000 mt, su quella distanza penso di poter fare di più.

Ho 37'17''devo fare meglio di 37'15''; poco si direbbe ma quel tempo lo avevo ottenuto giungendo impiccato.

Si parte, ho in testa solo un numero 1' 28''a giro per 25 volte; meglio saltare che non provarci.

Chiudo in 36' 42''il secondo orgoglio della mia storia podistica.

Ora la bilancia è dalla mia parte ma so che il mio avversario ha la potenzialità per battermi, specialmente in maratona.

A Torino parto forte ma nella seconda metà lascio per strada tre minuti, chiudo in 2h 54' 35'' ma basterà ? Si, è bastato.

Ora il primo trofeo "Bracadeoss" ha trovato casa; chi lo vince tre volte se lo tiene.

E non sapete quanto lo cullerò !!!!!

## Velo devo dire

## Basta un attimo...

11 Agosto 2012, una tranquilla giornata soleggiata scorre velocemente tra le "dolomiti scalvine", tutto è perfetto, quello che sembra un primo giorno di ferie partito alla grande si rivelerà un incubo. Ore 13, la traversata delle Cime di Varicla è praticamente conclusa, mancano solo pochi metri per raggiungere la vetta del Pizzo Camino ma purtroppo qualcosa non funziona, una grossa scarica mi travolge, sento un forte colpo alla testa e rimango appeso alla corda, vedo rosso ovunque! La fortuna ha voluto che non perdessi conoscenza, riesco a mettermi in sicurezza e chiamare il compagno di cordata, non credo ai miei occhi, cerco di chiuderli e riaprirli pensando fosse solo un brutto incubo ed invece niente, questa è pura realtà. La situazione è grave, bisogna chiamare i soccorsi perché scendere a valle in queste condizioni è praticamente impossibile.



Il soccorso alpino come al solito è impeccabile, poco meno dell' incidente, dall'elicottero Enrico assume le sembianze di un angelo, mi lega al suo imbrago e via... In pochi minuti mi ritrovo a Piario dove ricevo le prime cure, da qui il trasferimento a Bergamo in ambulanza a sirene spiegate contribuisce a far aumentare i battiti cardiaci, inizio a comprendere che quella che sembrava essere una brutta ferita alla testa è qualcosa di più.

Si passa da Seriate, le ultime parole che riesco a sentire sono quelle dell'infermiera che mi avvisa dell'imminente arrivo a Bergamo, da qui il vuoto...

Quello che è accaduto nelle ore successive mi viene solo raccontato, prima dell'intervento alla testa notizie sconfortanti rimbalzavano nei pensieri di genitori, parenti e amici. Le probabilità di uscire dalla sala operatoria con problemi di linguaggio e addirittura senza più la possibilità di poter parlare sono molto elevate, quel maledetto sasso oltre ad avere sfondato l'osso del cranio aveva lacerato anche la parte più superficiale e spessa delle tre meningi e tutto l'insieme faceva pensare al peggio. Il mattino seguente mi ritrovo in terapia intensiva, il medico si avvicina e mi pone diverse domande, io rispondo, qualcosa a quanto pare in questa brutta vicenda è andato per il verso giusto, cosa sia successo non lo so, ma quello che più conta è che il peggio ormai è passato.

Nei giorni seguenti tanti sono stati gli auguri e le visite dei compagni fò di pe che con i loro incitamenti mi hanno sostenuto e dato la forza di uscire e riprendere a correre. Un grazie a Forvezeta, Coscia, Vengo, Sei Secondi, Velo, Crema, Walter, Virus, Brontolo, Maria, Ferro, Vitamina, Ivo, Ale, Battiato, Innominato ed a tutti gli altri compagni di squadra che mi sono stati vicini.

Un grazie di cuore al prof. Biroli del reparto di neurochirurgia dell'ospedale Riuniti di Bergamo ed a tutto il suo staff.

Ultimo ma non per importanza, un ringraziamento speciale è da dedicare alla mia famiglia, questa volta stavo per combinarla grossa, ogni tanto aver la testa dura conviene!

Tutta questa vicenda mi ha insegnato sicuramente una cosa, pensare che le cose possono succedere solamente agli altri è sbagliato ed a volte basta un attimo per cambiarti la vita.

## Cucciolo

## 2012: l'inizio della fine o la fine dell'inizio... mah meglio non ascoltare i Maya

Quest'anno appena passato non mi ha regalato molti momenti dal punto di vista sportivo perché impegnato nel corso per Aspiranti Accompagnatori di Media Montagna che mi ha tenuto lontano dalle gare, e che fortunatamente, dopo mille sforzi e rinunce si è concluso positivamente con la Qualifica Professionale acquisita.

Ma torniamo al mondo delle corse; la prima gara effettuata è stata nel mese di gennaio nel bel paese di Monteforte d'Alpone in provincia di Verona, dove da molti anni viene svolta la non competitiva più frequentata d'Italia e tra le prime in Europa con quindicimila partecipanti !!!!!

Di contorno esistono da qualche anno la mezza maratona che si corre per buona parte in mezzo ai vigneti e da quest'anno l' Eco-maratona sulla distanza classica di 42,195 metri ma con circa 1800 metri di dislivello ed ho voluto esserci divertendomi molto nonostante la temperatura della partenza alle 8 era di qualche grado sotto le zero, ma con un clima di festa tra le persone incontrate sui percorsi che non si trova in nessuna altra festa del podista/camminatore/tapascone.

Poi per un bel periodo riesco solo ad effettuare sporadici allenamenti sulla ciclabile della Quisa.

Fortunatamente alla metà di marzo riesco a correre ...si fa per dire...l'Ultraberibus, un ultratrail di 66 km e 2300 metri di dislivello con partenza ed arrivo nel centro di Vicenza; anche qua mi sono molto divertito avendo anche trovato una giornata con il bel tempo e temperature primaverili.

Dopo 15 giorni mi iscrivo alla prima edizione della mezza maratona del Serio con partenza ed arrivo a Vertova, gara veloce con 2 giri che va a toccare i paesi limitrofi.

Altri 15 giorni e partecipo ad un'altra gara nuova e precisamente a Bione in Valsabbia provincia di Brescia, gara che va a coprire la data della Halfmarathon Valsabbia che non si disputerà (probabilmente) più; come al solito la logistica, il pranzo e premiazioni veloci tutto gestito in maniera ottima dalla Promosport Valli Bresciane.

Il primo maggio mi vede, dopo qualche anno di latitanza, a riscoprire il Trofeo Dario e Willy a Valmadrera, corsa in montagna con dislivello di 1100 metri nei primi 5 km e poi tutta discesa e falso-piani con alcuni piccoli strappi, il tutto in soli 14 km.

Maggio continua con la bella competizione organizzata dai Runners Bergamo, che per il loro decennale, fanno correre in pieno centro di Bergamo in ora serale un bel diecimila ben organizzato e con un percorso suggestivo e veloce.

Successivamente partecipo alla bellissima iniziativa della camminata verso la Malga Lunga di circa 30 km, su un percorso storico seguendo le tracce dei sentieri che i partigiani usavano durante la Resistenza; invito tutti a questa iniziativa che si effettua sempre all'inizio del mese di maggio perché dà modo di capire cosa i nostri progenitori hanno fatto affinché noi avessimo potuto star bene.

La settimana dopo partecipo alla seconda edizione del Giro del Giogo ottimamente organizzata dall'amico e fortissimo skyrunner di Bruntino Paolo Gotti, il percorso prevede salite e discese sui sentieri che girano intorno al Canto Alto che personalmente reputo molto suggestivo.

Da qui in poi non farò più gare per qualche mese essendo indaffarato con i preparativi del matrimonio con la mia compagna Antonella. Il 22 giugno, giorno del matrimonio, scopro di essere stato iscritto alla Prima edizione della Corsa dello Sposo (organizzata da moglie, Forvezeta e Grisù), non competitiva di 5 km da Carvico a Villa d'Adda; nonostante l'agguerrita schiera di partecipanti (7 compreso il sottoscritto) riesco a trionfare giungendo PRIMO sulla linea del traguardo, vincendo una forma di pregiato Torta del resegone !!!!!!!!! Ringrazio tutti gli atleti che mi hanno consentito di vivere un bellissimo momento di sport e di amicizia.

Al rientro dal viaggio di nozze partecipo alla Scalata allo Zucco classicissima della corsa in montagna dove i nomi eccellenti si sprecano, infatti il forte atleta Alex Baldacchini soffia il primato della competizione al pluricampione mondiale Marco de Gasperi; mi piace sempre partecipare sia per il percorso ma anche perché all'arrivo al Rifugio GESP c'è sempre gran festa con innumerevoli gitanti.

La fine di luglio mi vede ancora partente per l'ottava volta consecutiva del Giir di Mont in quel di Premana, paese abbarbicato sulla roccia in cima alla Valsassina; questa è una di quelle gare che chiunque ami la corsa in montagna deve provare almeno una volta, lo spettacolo della persone negli alpeggi e nei punti topici del percorso che ti chiamano per nome e che ti incitano è qualcosa di indescrivibile!!



Ad agosto corro per l'ennesima volta la Roncobello-Laghi Gemelli-Roncobello, gara classica di montagna che tutti gli anni porta circa 300 atleti nel piccolo paese dell'Alta Valle Brembana per partecipare a questa bella manifestazione che con pochi euro di iscrizione accontenta tutti.

Il giorno dopo ferragosto altra classicissima di montagna, la Mezzoldo-Cà San Marco 8 km di sola salita per circa 1000 metri di dislivello attraversando i boschi sull'antichissima Via Priula.

Poi fino all'inizio di novembre basta gare e come tutti gli anni o quasi, la prima domenica di novembre mi reco a Maggianico piccola frazione di Lecco per partecipare al "mondiale delle foglie morte", la famosissima Maggianico-Camposecco e ritorno.

Come ho già avuto modo di scrivere in precedenza, questa competizione ha solo da far imparare essendo una piccola manifestazione ma che porta molti atleti a cimentarsi divertendosi e aiutando anche i più bisognosi mandando i proventi in beneficenza.

Chiudo il mio anno sportivo con la Maddalena Urban Trail di 43 km tutto intorno alla Maddalena e al monte Dragoncello alle porte di Brescia, gara che fa da "ritrovo" di fine stagione per chi ama le Ultratrail.

Quest'anno ho partecipato a sole 13 gare (azz.. che numero), dove però ho sempre corso con lo spirito Fò di Pe che contraddistingue la nostra società e cioè MOLA MIA.

La speranza per il 2103 è riuscire a farne qualcuna in più.

Comunque l'amore per questo sport "sofferente" è sempre alto e nuove vette sono lì pronte per essere scalate, senza se e senza ma.

...e che davvero sia l'inizio di un nuovo ciclo per tutti.

## Rasta



## Sotto il segno dei nani

Si potrebbe definire, "Sotto il segno dei Nani" questo 2012 appena concluso. Il più anziano, Dotto, si è distinto -come suo solito- sbarazzandosi in ogni manifestazione della concorrenza dei master 75 e si è confermato atleta di livello internazionale. Ha colto una prestigiosissima vittoria di categoria alla maratona di Adelaide (Australia) guadagnandosi anche l'appellativo di "Old wallaby" (Vecchio canguro). Altra storia invece per il malcapitato Cucciolo, che ha rischiato la vita durante una delle sue tante escursioni alpinistiche. Investito da una scarica di pietre che gli hanno procurato una ampia e profonda lacerazione all'altezza della tempia (nonostante le mie raccomandazioni di non togliersi mai il caschetto prima del termine della cordata), il valoroso Filippo aveva perso conoscenza e rischiato anche di perdere definitivamente la parola. Fortunatamente si è risvegliato cosciente ma, quando i medici gli hanno posto la faticosa domanda, " Come ti chiami? " lui aveva risposto " Cucciolo !!! " guadagnandosi altre 48 ore di terapia intensiva. Tutto si è concluso comunque nel migliore dei modi. La montagna ci ha restituito un Cucciolo temprato nel carattere e nello spirito ed un atleta provvisoriamente meno competitivo. Approfitterò di questo buon periodo per sfidarlo! Infine, il terzo ed ultimo nano, il Brontolo. Nonostante il suo cervello non sia stato sfiorato da nessuna pietra -e fino alla scorsa estate pareva un nano coerente e felice ( nel suo piccolo)- l'arrivo dell'autunno l'ha trasformato e, nel giorno della sua festa (02/11, commemorazione dei morti) ha maturato la decisione di lasciare il gruppo perché considerato " troppo vivo". Scelta oculata e sofferta, ma inevitabile e tutto sommato in linea con la complessità del Brontolo-pensiero. Purtroppo il 2012 registra anche un altro addio, questo però di ben altra portata: l'editore Forvezeta per motivi personali e di lavoro ha deciso di lasciare il sito [www.fodipe.it](http://www.fodipe.it) da lui creato nel 2006. Grazie a Luciano le luci non si sono spente, ma la scelta di non includere nella rinnovata testata, la seguitissima rubrica " La Cremeria" ha suscitato violente proteste sul web da parte di centinaia di fans imbufaliti ed increduli di fronte ad una decisione tanto incomprensibile quanto autolesionista. "I già resù!"

Campione sociale 2012 si è confermato per la terza volta consecutiva il Velo. Considerando che, oltre ad essere un eccellente atleta, è anche un "brillantone", va bene così. Attendiamo con ansia che offra la solita cassa di "bollicine". Per quanto riguarda il gruppo nel suo insieme, mi sembra di capire che la connotazione sia sempre più orientata verso i "montagnini". Scarsi, ma fedeli. A guidare questa compagine di combattenti, è l'irriducibile pirata Giacomino. Visto il carisma del suo leader, la formazione è stata soprannominata " La falange armata".

Questa è un'autentica cattiveria fatta nei confronti di un socio sempre disponibile a dare una "mano".

Personalmente la mia annata è stata disastrosa e ricca di delusioni. Non ho centrato un solo obiettivo! Dopo una fallimentare prima parte di stagione, ho evitato le mezze per preparare al meglio la maratona, ma mi sono infortunato dieci giorni prima dell'avvenimento, a causa di compagni d'allenamento che mi hanno originato lesioni psico-muscolari. Non sono inoltre sceso ( ed è la prima volta ) sotto i 18' nei 5000m (18'02'') e non ho sfondato il muro dei 38' nei 10000m (38'01'').

Ricorderò positivamente solo gli esordi nel Vertical ( Valbondione- Rifugio Coca) e nell'ultramaratona (Lecco-Cassano di 47 km). Indimenticabile, resta solo la volata di Castel Rozzone, con la bella lezione inflitta allo spavaldo Soldatino. Per concludere vorrei complimentarmi con il ritrovato Spock. Ho avuto il piacere di osservarlo nel periodo natalizio, nell'uscita al chiaro di luna piena, alla Presezzo - Roncola e all'incontro dell'Epifania ( 24° compleanno Fò di pe) dopo quasi un anno che non lo incontravo.

Malgrado i doveri politici che lo tengono perennemente impegnato, non ha perso la passione per la corsa e ha conservato uno spiccato senso di attaccamento alla maglia e condivisione dello spirito di gruppo.

Ignorando ovviamente il riscontro cronometrico ma privilegiando solo il gesto atletico.

Questo è quello che distingue un Fò di pe !

## Crema

## 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
Gian	1	15	21	Maratonina Riveira dei Dogi	11/04/2010	Stra
Brontolo	1	17	20	Maratonina di Crema	18/11/2012	Crema
Cucciolo	1	17	35	Maratonina di Treviglio	28/02/2010	Treviglio
Comprabene	1	18	32	Maratonina città di Cremona	21/10/2007	Cremona
Velo devo dire	1	18	38	Mezza maratona d'Italia	10/10/2010	Carpi
Voglio morire	1	18	55	Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	Vigevano
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
Sigi	1	22	13	Mezza Maratona di San Gaudenzio	29/01/2012	S.Gaudenzio
Lacrima	1	22	23	Maratonina di Cantù	03/06/2012	Cantù
Walter	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
Soldatino	1	23	26	La mezza del castello	19/02/2012	Vittuone
Crema	1	23	32	Mezza Maratona di Cremona	16/10/2011	Cremona
Vengo col tempo	1	23	37	Maratonina città di Mantova	08/10/2006	Mantova
Coscia pallida	1	24	27	Mezza Maratona di Cremona	16/10/2011	Cremona
Quattroprimi	1	25	0	Maratonina dei due Comuni	01/11/2004	Tradate
Sala	1	25	9	Maratonina di Castel Rozzone	02/09/2012	Castel Rozzone
Tuono	1	25	15	Mezza Maratona di Bergamo	22/04/2001	Bergamo
Sapientino	1	25	20	Maratonina città di Treviglio	28/02/2010	Treviglio
Taparela	1	25	31	Maratonina città di Treviglio	27/02/2011	Treviglio
Ventesimo	1	25	36	Maratonina di Crema	18/11/2007	Crema
Spock	1	26	10	Bossoni Half Marathon	16/11/2008	Orzinuovi
Matteo	1	26	22	Maratonina Città di Crema	18/11/2012	Crema
Conte jena	1	26	12	Maratonina città di Como	12/10/1997	Como
Vetta bianca	1	26	18	Maratonina città di Treviglio	27/02/2011	Treviglio
Ale	1	26	39	Maratonina città di Mantova	10/10/2010	Mantova
Goodyear	1	26	46	Maratonina città di Carpi	14/10/2012	Carpi
Pirata	1	27	59	Mezza maratona di Verona	21/02/2010	Verona
Rasta	1	28	2	Maratonina città di Treviglio	27/02/2011	Treviglio
Battiato	1	28	3	Maratonina di Busto Arsizio	11/11/2012	Busto Arsizio
Michelin	1	28	11	Maratonina città di Como	05/06/1994	Como
Grisù	1	28	20	Maratonina città di Mantova	10/10/2010	Mantova
Batman	1	28	53	Maratonina del Basso Garda	09/11/2008	Carpenedolo

Adriano	1	28	55	Maratonina città di Treviglio	27/02/2011	Treviglio
Petenì	1	29	28	Maratonina di Crema	20/11/2011	Crema
Sei Secondi	1	29	33	Maratonina città di Cremona	15/10/2006	Cremona
Giava	1	29	37	Maratonina di Mantova	30/09/2012	Mantova
Gerva	1	29	43	Maratonina di Castel Rozzone	05/09/2010	Castel Rozzone
Franz	1	31	40	Mezza Maratona di Bergamo	19/10/2008	Bergamo
Skorpion	1	32	3	Maratonina del Basso Garda	30/10/2011	Carpenedolo
Gondola	1	32	14	Maratonina città di Lecco	14/03/2010	Lecco
Viet	1	32	30	Maratonina di Gravellona	28/09/1997	Gravellona Toce
Onga	1	34	30	Roma - Ostia	01/03/2009	Ostia
Cantiniere	1	34	33	Maratonina città di Treviglio	27/02/2011	Treviglio
Innominato	1	34	54	Maratonina città di Treviglio	28/02/2010	Treviglio
Tarèl	1	35	19	Sudtirolo half marathon	05/04/1999	Egna
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
Sandokan	1	37	37	Mezza Maratona sul Serio	01/04/2012	Cazzaniga
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
Fabio	1	41	13	Maratonina città di Cremona	21/10/2012	Cremona
Rosella	1	42	55	Scarpa d'oro Half Marathon	18/03/2012	Vigevano
Francesca	1	43	41	Mezza Maratona di Bergamo	19/10/2008	Bergamo
Marina	1	43	59	Maratonina città di Cremona	17/10/2010	Cremona
Aldo	1	44	24	Scarpa d'oro half marathon	25/03/2007	Vigevano
Testolina	1	50	32	Placentia half marathon	01/03/2009	Piacenza
Terzogamba	1	54	56	Maratonina città di Cremona	19/10/2008	Cremona
Letizia	1	56	55	Maratonina città di Cremona	21/10/2012	Cremona
Virus	1	57	51	Maratonina città di Cremona	18/10/2009	Cremona
Sara	1	59	26	Maratonina di Treviglio	26/02/2012	Treviglio
Appiani	2	2	23	Mezza Maratona di Bergamo	25/09/2011	Bergamo
Vitamina	2	6	18	Maratonina dei 6 Comuni	23/11/2008	Malo

## 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
Gian	2	42	31	Maratona di Reggio Emilia	13/12/2009	Reggio Emilia
Piccolo Buddha	2	47	9	Firenze Marathon	26/11/2006	Firenze
Velo devo dire	2	54	37	Maratona di Torino	18/11/2012	Torino
Tuono	2	55	5	Maratona di Milano n° 0	01/12/2000	Milano
Voglio morire	2	55	39	Firenze Marathon	26/11/2006	Firenze
Lacrima	2	55	47	Maratona di Bergamo	25/09/2011	Bergamo
Vengo col tempo	2	56	9	Maratona di Reggio Emilia	13/12/2009	Reggio Emilia
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
Cucciolo	2	57	53	Milano-Pavia maratona	14/11/2009	Nizza
Sigi	2	59	22	Maratona di Roma	18/03/2012	Roma
Quattroprimi	2	59	27	Firenze Marathon	25/11/2001	Firenze
Nappo	3	0	40	Turin Marathon	24/04/1995	Torino
Soldatino	3	2	47	Firenze Marathon	11/12/2011	Reggio Emilia
Sei Secondi	3	3	11	Firenze Marathon	25/11/2001	Firenze
Ale	3	4	54	Maratona di Milano	15/04/2012	Milano
Crema	3	6	10	Milanocity Marathon	23/11/2008	Milano
Picchio	3	7	7	Turin Marathon	29/09/1991	Torino
Sala	3	7	7	Maratona di Roma	18/03/2012	Roma
Pannocchia	3	8	9	Gold Marathon Internazionale	06/11/1994	Cesano Boscone
Rasta	3	11	29	Maratona di Piacenza	07/03/2010	Piacenza
Spock	3	12	11	Maratò Barcelona	22/02/2009	Barcellona
Coscia Pallida	3	12	31	Maratona di Reggio Emilia	11/12/2011	Reggio Emilia
Vetta bianca	3	13	26	Maratona di Reggio Emilia	13/12/2009	Reggio Emilia
Comprabene	3	13	29	Maratona di Roma	16/03/2008	Roma
Walter Bonazzi	3	14	16	New York City Marathon	06/11/2011	New York
Pirata	3	16	6	Maratona di Torino	13/11/2011	Torino
Giava	3	18	48	Maratona di Roma	18/03/2012	Roma
Grisù	3	20	52	Venice Marathon	24/10/2010	Venezia
Adriano	3	21	5	Maratona di Piacenza	06/03/2011	Piacenza
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
Skorpion	3	25	39	Maratona di Reggio Emilia	11/12/2011	Reggio Emilia
Ventesimo	3	25	52	Maratona di Reggio Emilia	12/12/2010	Reggio Emilia
Cantiniere	3	28	58	Maratona di Reggio Emilia	11/12/2011	Reggio Emilia
Tarèl	3	29	41	Venice Marathon	27/10/1996	Venezia
Onga	3	29	43	Milanocity Marathon	11/04/2010	Milano
Batman	3	30	34	Maratona del mare	07/12/2008	Sanremo
Battiato	3	33	48	Treviso Marathon	04/03/2012	Treviso
Innominato	3	36	7	Boston Marathon	20/04/2009	Boston

Gipsye	3	43	34	Maratona di Praga	23/05/1999	Praga
Franz	3	44	38	Milanocity Marathon	11/04/2010	Milano
Rosella	3	44	39	Maratona di S. Antonio	22/04/2012	Padova
Gondola	3	46	42	Milanocity Marathon	11/04/2010	Milano
Peteni	3	48	46	Maratona di Bergamo	25/09/2011	Bergamo
Pendolino	3	50	28	Gold Marathon Internazionale	19/10/1997	Cesano Boscone
Testolina	3	54	24	Maratona di S. Antonio	26/04/2009	Padova
Bar C	3	57	7	Maratona del riso	01/05/2009	Vercelli
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
Figaro	4	14	3	Milanocity Marathon	02/12/2007	Milano
Sara	4	20	23	Maratona di Roma	18/03/2012	Roma
Filippo	4	26	54	Maratona di Roma	18/03/2012	Roma
Maratona	4	50	13	Venice Marathon	28/10/2012	Venezia
Massimo Corrado	3	58	59	Treviso Marathon	04/03/2012	Treviso
Massimo	4	51	7	Maratona di Roma	18/03/2012	Roma
Cristian	4	53	30	Maratona di Reggio Emilia	19/12/2012	Reggio Emilia
Sandokan	5	33	0	Brixen Marathon	30/06/2012	Bressanone

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
Velo devo dire	8	42	6	100 Km del Passatore	29/05/2011	Firenze-Faenza
Vengo col tempo	8	47	20	100 Km di Seregno	22/03/2009	Seregno
Voglio morire	8	50	18	100 Km del Passatore	27/05/2007	Firenze-Faenza
Picchio	9	19	39	100 Km del Passatore	29/05/1993	Firenze-Faenza
Rasta	10	0	46	100 Km di Seregno	03/04/2011	Seregno
Coscia pallida	10	4	9	100 Km del Passatore	27/05/2012	Firenze-Faenza
Sigi	10	7	10	100 Km del Passatore	27/05/2012	Firenze-Faenza
Gigione	10	19	40	100 Km del Passatore	29/05/2004	Firenze-Faenza
Soldatino	10	19	57	100 Km del Passatore	27/05/2012	Firenze-Faenza
Quattroprimi	10	25	23	100 Km delle Alpi	20/06/2010	Torino-S. Vincent
Sala	10	29	33	100 Km del Passatore	27/05/2012	Firenze-Faenza
Adriano	10	39	25	100 Km di Seregno	03/04/2011	Seregno
Tuono	10	40	30	100 Km di Seregno	03/04/2011	Seregno
Pirata	11	48	14	100 Km del Passatore	29/05/2011	Firenze-Faenza
Grisù	11	49	57	100 Km del Passatore	30/05/2010	Firenze-Faenza
Vetta Bianca	13	0	8	100 Km del Passatore	30/05/2010	Firenze-Faenza
Onga	12	21	2	100 Km del Passatore	27/05/2012	Firenze-Faenza
Tarèl	15	27	41	100 Km del Passatore	29/05/1999	Firenze-Faenza
Bar C	15	48	36	100 Km del Passatore	30/05/2009	Firenze-Faenza
Dotto	16	11	50	100 Km del Passatore	01/06/2008	Firenze-Faenza
Sara	17	48	41	100 Km del Passatore	27/05/2012	Firenze-Faenza

## Pillole dell'anno 2012 ... by Innominato

Il primo trofeo "Braca de oss" farà bella mostra a casa di Velo devo dire. Chi sarà il prossimo vincitore ?



100 km del Passatore: A.S.D. Fo' di pe terza classificata nella gara a squadre

Gigione: è diventato il record-man di partecipazione. Dal 1998 ad oggi, ha partecipato a 326 gare





**24**

**24° Almanacco , Anno 2012**

Composizione , impaginazione  
e statistiche :Innominato

Copertina: Vengo Col Tempo

Articoli:

Cucciolo,

Rasta,

Velo Devo Dire,

Skorpion

Crema,

Pannocchia,

Sessanta Comparse:

sei Donne e cinquantaquattro Uomini

Realizzato da: **Innominato**

Finito di stampare il 25 gennaio 2013

Tiratura :65 libretti

Costo di stampa : 65