

# L'atletico lettore

A T L E T I C A   L I B E R T A S   R U N N E R S   L I V O R N O

CAMPESTRE PROVINCIALE A MARINA DI CECINA  
A PAGINA  
2

IL GIORNALINO IN VERSIONE RINNOVATA! SCOPRI LE NOVITÀ A PAGINA  
3

CRISTINA NERI VINCE A CECINA LA 10 KM MISTA  
A PAGINA  
3

NOTIZIE DAL MONDO E DALLO SPORT, ENTRAMBE A PAGINA  
4

## A gennaio la società riparte con buoni propositi per l'anno nuovo

La Libertas Runners al gran completo durante la festa dello scorso anno



**Quale modo migliore per iniziare il 2010 se non quello di presentare "L'atletico lettore" sotto una veste tutta nuova?** Con uno stile più moderno, il giornalino si scrolla di dosso il passato diventando quello che merita una società "all'attivo" come la nostra, descritto a chiare lettere nell'articolo di pagina 2.

Gennaio è un mese "povero" di gare. Esclusa qualche manifestazione isolata, il calendario toscano della stagione invernale inizia proprio a fine mese, e troverà ampio spazio nel prossimo numero del giornalino. Siamo in piena preparazione atletica, e le vacanze Natalizie sono riuscite appena ad intaccare l'abituale scorrere degli allenamenti, interrotti solo a Natale e Capodanno; perfino durante l'Epifania, sotto una pioggia sferzante, un gruppo di "fedelissimi" macinava il campo a forza di ripetute!

I nostri atleti ce la stanno davvero mettendo tutta, anche se non sono molti i tempi ufficiali che ci permettono di ricordarlo. Rendiamo comunque tributo ad Cristina Ne-

ri, la quale ha vinto il 10 gennaio il misto cross-strada a Cecina, a Federica Barsotti, 2° nel cross corto del 10 gennaio a Villa Corridi, a Gianmarco Lazzeri, campione provinciale campestre cadetti a Marina di Cecina il 17 gennaio, e a ogni partecipante a queste manifestazioni, tutte ampiamente descritte all'interno del giornalino.

Ricordiamo anche il raduno regionale della marcia ragazzi/e e cadetti/e del 9 gennaio, a cui i nostri fedeli marciatori allenati da Passoni Massimo non hanno mancato di partecipare; il "Pasta Parti dei marciatori" organizzato a casa Caprai e esteso alla nostra società, diventando una delle rare occasioni di dialogo tra le due società livornesi; la Giornata dell'Atletica livornese dello scorso 16 gennaio.

Chi fa parte della Libertas Runners Livorno è consapevole appartenere ad un gruppo in crescita costante. Il proposito per l'anno nuovo è quello di superare pur senza Ivan le prestazioni dell'anno scorso. E non è difficile, se continuiamo a fare quello che abbiamo sempre fatto.

O P I N I O N I

### È la tenacia a fare l'atleta (il resto conta pochissimo)

*Il sogno di ogni bambino che fa sport (compresi i numerosi piccoli atleti che "affollano" la nostra società) è quello di voler imitare i loro campioni, diventare atleti famosi e ammirati da tutti. Col passare del tempo (e delle categorie, dagli esordienti agli juniores) questo desiderio si affievolisce se non sparisce del tutto. Un vero peccato, perché è grazie a sogni come questi che esiste la tenacia, che è tutto per un'atleta. Tenacia è voglia di impegnarsi sopra ogni limite, continuare nelle mille avversità. E quale sentimento può essere più riconducibile ad essa se non il desiderio?*

*Purtroppo in questi mesi molti giovani stanno lasciando la società: alcuni hanno perso la voglia, altri si sono rassegnati ai loro risultati di livello un po' scarso.*

*Ma volere è potere! È impossibile non ottenere risultati con l'impegno, ed è sbagliato guardare i campioni come personaggi irraggiungibili, perché anche loro sono partiti dal basso. Rinunciando a completare un allenamento, magari giudicandolo troppo faticoso, non ha come conseguenza il sollievo di non aver faticato troppo, bensì il rimpianto di non aver dato il massimo. Perché è la tenacia a segnare il destino di un atleta, ben più della sua propensione fisica.*

G. L.

## Campestre provinciale ragazzi, cadetti *ultima di una lunga serie di manifestazioni cecinesi*



Scorcio della pineta di Marina di Cecina in cui si è svolta la manifestazione

**Giornata piovosa quella del 17 gennaio, quando a Marina di Cecina si è svolta la campestre provinciale ragazzi e cadetti.**

Come l'anno scorso, la manifestazione si è svolta nella pineta di Cecinella, con il contributo delle guardie forestali per l'organizzazione. In uno scenario suggestivo, nastri rossi collegavano un pino a l'altro a segnalare il percorso di gara: un quadrilatero di circa 700 metri come "giro gran-

de", diviso prima della metà a segnalare il "giro piccolo", di circa 350 metri.

Date le condizioni atmosfere avverse, le gare si sono svolte con leggero anticipo. Al via per primi gli allievi (nessun libertassino con loro), partecipi a una gara - extra di 4km maschili e 3km femminili, che ha visto la vittoria di Corsi Lorenzo in 15:24 e di Spagnoli Valentina in 13:52. Sono seguiti i cadetti con una gara di 2,3 km valida per il titolo provinciale. La numerosa presenza di nostri atleti ha fruttato la vittoria di Lazzeri Gianmarco (8:57) sul piombinese Giannella Alessandro; il 9°, 11°, 14°, 18° e 20° posto di Soggi Simone, Fagioli Carlo, Picchiottino Gianluca, Ricciuti Davide e Palumbo Marco. Complessivamente la Libertas Runners è 2° squadra provinciale dopo Piombino. Per quanto riguarda le cadette, le libertassine hanno dovuto cedere il passo a Froggia e

Guerrazzi, le due dominatrici della gara di 2 km (7:57 e 7:58 il loro tempo). Bonistalli Martina e Cuffaro Chiara sono arrivate poco dopo, occupando il 6° e il 7° posto. Scorrendo nella classifica, citiamo l'11° posto di Leonetti, e a seguire i 13° - 19° posti di Aguilar, Piaggio Sara, Ghelardi, Piaggio Giulia, Montesano, Andreani e Fagioli, infine il 3° posto complessivo di società.

Ottimi risultati anche tra i ragazzi e le ragazze (entrambi 1,5km): dietro ai 5:49 Mezzaluna Umberto e ai 6:20 di Cusimano Anna (l'uno di Piombino, l'altra di Rosignano), le ottime posizioni maschili di Bianchi Emanuele, Cogotti Edoardo, Benvenuti Nicola e Capannini Gabriele (6°, 11°, 12° e 13°) e femminili di Citti Adele, Orrù Sarah, Haynes Chiara, Ukwu Chiamaka e Cassini Claudia (4°, 7°, 12°, 16° e 17°) hanno decretato il 2° e 3° posto complessivo della Libertas Runners in questa categoria.

## Cross corto a Villa Corridi

*Sotto la pioggia sferzante non mancano certo le emozioni*

**Il cross corto, disputatosi a Livorno il 10 gennaio a Villa Corridi, è stato caratterizzato da condizioni metereologici che tipicamente avverse:** una pioggia sferzante e gelida, che raramente ha lasciato in pace gli atleti (dagli allievi in su) mentre si cimentavano nelle brevi distanze di 4km maschili e 3km femminili. La presenza di un lungo tratto d'asfalto nel finale non ha permesso l'utilizzo delle scarpe chiodate, ma l'andatura velocissima è andata di pari passo con l'adrenalina, regalando emozioni fortissime.

Sorprendente è stata la vittoria di Samuele Dini, esponente dell'Atletica Livorno che al suo primo ingresso nella categoria allievi è riuscito comunque a conquistare la vittoria nella classifica generale, concludendo in 14:26. È stato capace di battere atleti del calibro di Meini Federico, pur sen-

za l'aiuto del gemello Lorenzo, atleta di pari valore. Undicesimo nella stessa manifestazione troviamo De Vanni Valerio, libertassino "acquistato" specialista nel triathlon anch'egli al primo anno allievi, con il tempo di 16:09. Decisamente meglio è andata la Libertas Runners nella categoria femminile: dietro a Ceccanti Angela, specialista della disciplina, una brava Federica Barsotti ha concluso in 12:51, a 16 secondi dalla prima piazza. Pubblichiamo sotto l'ordine di arrivo di ogni atleta:

Risultati Maschili: 1) Samuele Dini (Atletica Livorno) 14.26, 2) Federico Meini (Atletica Livorno) 14.30, 3) Lapo Bardi (Atletica Livorno) 14.31, 4) Andrea Capretti (Atletica Livorno) 14.38, 5) Davide Baneschi (Atletica Livorno) 15.02, 6) Nicola Calonaci (C.A. Piombino) 15.22, 7) Lorenzo Bernini (Atletica Livorno) 15.28, 8) Matteo Fanucchi (Atletica

Livorno) 15.47, 9) Joao Neves Junior (Atletica Livorno) 15.49, 10) Lorenzo Tonsa 16.06, 11) **Valerio De Vanni 16.09**, 12) Lorenzo Giacomini 16.27, 13) Yuri Paperini 16.46, 14) Matteo Sarri 17.13, 15) Lorenzo Corsi 17.27, 16) Michele D'Addezio 19.12, 17) Luca Marsi 19.45. Risultati Femminili: 1) Angela Ceccanti (Toscana Atl. Empoli) 12.36, 2) **Federica Barsotti (Libertas Runners) 12.51**, 3) Nicoletta Ferretti (Uisp Livorno) 13.53, 4) Costanza Pucciani (Atletica Livorno) 14.35, 5) Sonia Geppetti (Team Suma) 15.06, 6) Martina Melis (Atletica Livorno) 15.12, 7) Camilla Tani (Atletica Livorno) 15.12, 8) Belinda Sorice (Team Running) 15.13, 9) Laura Fiorentini (Podisti Livornesi) 16.25, 10) Tiziana Merlino (Team Running) 17.04, 11) Maria Grazia Balleri 17.06, 12) Flavia Rejec 18.07, 13) Cristina Artiano .

## Cristina Neri vince a Cecina la 10km cross - strada e si aggiudica così la prima gara agonistica provinciale dell'anno

Il 6 gennaio, a Marina di Cecina, si è svolta la 10km mista cross - strada, a cui hanno partecipato una settantina di atleti. La distanza complessiva si è rivelata un po' superiore rispetto a quanto affermato, e la totale mancanza di tempi effettivi non ha aiutato nella misura esatta del chilometraggio.

L'andatura è stata comunque piuttosto sostenuta, e al termine della manifestazione a tagliare vittorioso il traguardo maschile è stato il marocchino Mohamed Taqui, che ha preceduto il livornese Capretti.

La Libertas Runners Livorno entra in gioco in campo femminile, con la vittoria di Cristina Neri - da poco entrata a far parte della nostra società - che si è imposta davanti alla cugina Federica Guerrazzi. Cristina ha scelto questa manifestazione come preparazione al lungo giro di maratone e mezza maratone che caratterizzeranno questo sua stagione agonistica.

Pubblichiamo infine l'ordine d'arrivo per i primi sei di ogni categoria:

Risultati maschili: 1) Mohamed Taqui (Alpi Apuane), 2) Andrea Capretti

(Atletica Livorno), 3) Alessandro Ussi (Silvano Fedi), 4) Alessandro Calzolari (Fabbrica del Ghiaccio), 5) Paolo Merlini (Running Team), 6) Alessio Ghezzi (Atletica Livorno). Risultati femminili: 1) **Cristina Neri (Libertas Runners)**, 2) Federica Guerrazzi (Atletica Livorno), 3) Monica Marchi (LTR Livorno), 4) Francesca Rossi (Silvano Fedi), 5) Simonetta Bernardini (Running Team), 6) Nicoletta Ferretti (Uisp Livorno)

Cristina Neri  
all'arrivo  
della Maratona di Livorno  
2008



### Le novità de "L'atletico lettore" Come è cambiato il vostro giornalino

**Nel dare una veste nuova al giornalino ho cercato di creare in ambito stilistico uno stile più scorrevole**, caratteristico dei giornali moderni. Per quanto riguarda la disposizione degli articoli e degli inserti, ho deciso di spostare il quadretto informativo relativo alla società in fondo alla terza pagina (*sotto questo articolo*, ndr), in modo da avere un'intera pagina a disposizione, la quarta, per le notizie relative allo sport e alla cronaca mondiale.

le. Questi inserti non si chiameranno più "Pillole d'atletica" e "Notizie dal mondo", bensì "Un mondo d'atletica..."...e un mondo di notizie". L'ormai confermata colonna delle opinioni ha trovato spazio in prima pagina a destra. Per il resto il giornalino è simile al precedente, se non per l'eliminazione dei commenti posti lateralmente agli articoli. Vi auguro una buona lettura sperando che il nuovo L'atletico lettore sia di vostro gradimento.

SIAMO SU INTERNET!

[WWW.LIBERTASRUNNERSLIVORNO.IT](http://WWW.LIBERTASRUNNERSLIVORNO.IT)

## ATLETICA LIBERTAS RUNNERS LIVORNO



SEDE PRINCIPALE

VIA T. TOZZETTI 7, LIVORNO

SEGRETERIA

CAMPO SCUOLA "RENATO MARTELLI",  
VIA DEI PENSIERI 24, LIVORNO

### L'ATLETICO LETTORE

MENSILE SPORTIVO — ESCE IL 21 DI OGNI MESE

REDAZIONE: VIA MINGHI 1, LI

## Un mondo di atletica...

(dal sito internet "Atleticanet")

### Cross Campaccio 2010

Il 6 gennaio, giorno dell'Epifania, data oramai tradizionale per i guerrieri del cross a darsi battaglia al Campaccio con un clima freddo che certo però non ha invidiato l'edizione 2009 interamente innervata.

Gara maschile sulla distanza dei 10 km che parla africano oramai da anni, con il drappello dei keniani a fare l'andatura e i soli europei Lebid e Lalli a provare a tenere testa. Ritmo infernale e già al 5km la gara rimane esclusivamente affare africano (8 nei 10) con il giovane iridato junior 2008, Abreham Cherkos Feleke (28'52" per lui) a spuntarla in volata sul favorito keniano Eliud Kipchoge (28'53") qui vincitore nel 2009. Terzo gradino del podio per il keniano Moses Masai (28'56") davanti al connazionale Mbishei (28'57"). Tra gli azzurri: 12° un buon Stefano La Rosa (Carabinieri) davanti a Gabriele De Nard (non ci sono più aggettivi per descrivere il Fiamme Gialle

bellunese dopo anni di onoratissima carriera) e Gianmarco Buttazzo (Esercito), componenti della formazione azzurra che a Dublino lo scorso dicembre ha conquistato il bronzo.

Al femminile decisamente meglio per i colori azzurri, anche se il copione dello scorso anno non cambia: cast qualificato anche se non vi sono atlete africane al via, vittoria per la maratoneta ungherese Aniko Kalovics, sempre decisa in testa e dominatrice dei 6km del tracciato (20'17"), con l'azzurra Elena Romagnolo (20'25") a conquistare l'argento (come nel 2009) davanti alla compagna di Team, Federica Dal Ri 20'27" a spuntarla sulla britannica Twell (tre volte oro europeo tra le juniores) giunta quarta. Quinta la russa Irina Sergejeva, davanti ad altre due azzurre: Bellotti e Maraoui, 6° e 7°.

### Houston: una nuova stella

Alla Chevron Houston Marathon di domenica 17 gennaio abbiamo assistito, con sorpresa, alla probabile

nascita di una nuova stella nel firmamento dei migliori maratoneisti mondiali. L'etiope Teshome Gelana se n'è andato all'attacco al 22esimo miglio ed ha stabilito un probante 2:07"37 che rappresenta di circa 4' il suo PB. Così facendo ha strappato anche il record della gara maschile di questa manifestazione, detenuto da Deribe Merga dall'anno scorso, quando vinse in 2:07"52. "Non mi aspettavo di correre così veloce, ma a questo punto ho la concreta speranza nel futuro di poter correre in 2:05'" ha detto al termine il vincitore.



Teshome Galana al momento della vittoria a Houston

## ...e un mondo di notizie

(dal sito internet "Blogosfere")

**19 gennaio** - Nonostante la drammatica situazione causata dal terremoto di Haiti, i turisti prendono il sole in spiaggia accanto alle macerie di Port-au-Prince.

**17 gennaio** - Papa Ratzinger fa visita alla sinagoga di Roma dove ha affrontato il tema della rete clandestina creata da Pio XII.

**16 gennaio** - Una donna canadese si salva dopo il terremoto di Haiti grazie a un sms.

**14 gennaio** - Google Earth pubblica le immagini di Port-au-Prince devastata dal sisma.

**12 gennaio** - È la faticosa data in cui un violento terremoto colpisce Haiti provocando centinaia di migliaia di morti.

**12 gennaio** - Si scopre che Eluana

Englaro non fu uccisa, e subito il padre e i medici sono scagionati.

**11 gennaio** - Gli immigrati lasciano Rosarno dopo la tensione creata dall'8 gennaio.

**9 gennaio** - La Cina tira le somme dell'anno precedente: il 2009 è stato un anno record per il "colosso giallo".

**8 gennaio** - Sono stati condannati a 16 anni i responsabili dello stupro di Guidonia.

**6 gennaio** - Il dibattito sull'innocenza di Amanda Knox porta sul punto di rottura il gemellaggio Seattle - Perugia.

**5 gennaio** - Viene dato il consenso per l'ingresso in scena dei body scanner negli aeroporti italiani.

**4 gennaio** - Chiuse in Yemen le ambasciate USA e UK.

**2 gennaio** - È stata messa a punto da scienziati israeliani un tipo di batteria che funziona ad aria.

**31 dicembre** - La problematica situazione delle scuole italiane viene resa nota da un sondaggio.

**29 dicembre** - L'allarme maltempo in Toscana mette in allerta i servizi sociali.

**25 dicembre** - Durante la Messa natalizia, il Papa viene aggredito da una venticinquenne svizzera.

**23 dicembre** - Disagi per il maltempo in Italia nonostante il progressivo aumento delle temperature.

G. L.