

la mia Storia Podistica

**Berti
Claudia**

ha percorso i primi chilometri con i nostri colori sociali il **3 Gennaio 2010** alla gara " La Pratese c'è ...anche il primo Gennaio " (PO) percorrendo **Km 3,5** e poi:

2010		2011		2012		2013		2014		2015		2016	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
25	201	33	238,800	31	269	27	266	22	231,5	16	117		
GERMOGLIANTE		SPUMEGGIANTE		FESTOSA		GIULIVA							

TOTALE KM AL 31/12/2015

1323,300

TOTALE PRESENZE AL 31/12/2015

154

La mia storia

Speleologa e amante del trekking: pensavo che questi interessi fossero più che sufficienti per riempire il poco tempo libero che mi rimane dopo il lavoro e le faccende di casa ,quindi avevo promesso a me stessa (ed ero irremovibile....) che del gruppo podistico in cui si era iscritto il mio compagno non ne volevo proprio sapere.....e invece....

Ormai sono tre anni che faccio parte di questo gruppo che mi ha fatto scoprire che si può camminare e scoprire nuovi posti , angoli cittadini nascosti e panorami delle nostre colline a me ancora sconosciuti ,**senza andare tanto lontano.**

Le persone del gruppo con cui condividere momenti di allegria e di impegno nella società, le corse e le gite a giro per l'italia e non solo, hanno fatto il resto.

Quindi, nonostante non corra, mi trovo a fine anno 2011 ad avere percorso quasi 450 km con le camminate domenicali e le serali estive.

Le mie IMPRESE

Impresa		Km	Tempo	Osservazioni
2010	Piazza a Piazza	30		passeggiata
2012	Piazza a Piazza	75		07-mag
2013	Piazza a Piazza	75		11-mag
2014	Ultra Maratona Quarzazate Marocco	10	1,55,06	16-mar
	Piazza a Piazza (tutta a Camminare)	75	19,45	11-mag