

la mia Storia Podistica

**Bonomo
Ignazio**

ha percorso i primi chilometri con i nostri colori sociali il **6 Gennaio 2006** alla gara " **Passeggiata della Befana** " a **S. Maria a Colonica (PO)** percorrendo **Km 6** e poi:

2006	
Presenze	Km percorsi
43	480,497
PROMETTENTE	

2007		2008		2009		2010		2011	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
39	486,294	34	597,153	53	1059,010	55	1164,006	52	882,769
GENEROSO		SPORTIVO		INALTERABILE		RIFLESSIVO		SPORTIVO	
2012		2013		2014		2015		2016	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
52	900,571	35	416,094	42	666,501	53	699,432		
INFRANGIBILE		ORIGINALE		OTTIMISTA		INDISPENSABILE			

TOTALE KM AL 31/12/2015

7352,381

TOTALE PRESENZE AL 31/12/2015

458

la mia Storia

A Gennaio del 2006 ho iniziato la mia " **Esperienza podistica** " con mia moglie ed ero " **poco convinto** " anche perché pensavo di non avere le giuste qualità. Poi dopo circa un'anno all'interno della Podistica Pratese tra corsette e camminate ho iniziato le mie prime **MARATONE** e non vi racconto l'**EMOZIONE vissuta**. Da quel giorno è iniziata una vera e propria passione anche perché oltre a **DIVERTIRMI** mi da tante soddisfazioni **all'ARRIVO di ogni gara**. Spesso mi chiedono quale stata la Maratona più bella, sinceramente penso che ogni maratona, corsa o camminata è bella ognuna a suo modo anche perché ogni percorso è diverso ed ognuno ti regala **un'emozione DIVERSA**.

Le mie IMPRESE

Impresa		Km	Tempo	Osservazioni
2006	Maratonina di Bastia Umbra	21,097	1.49	
<hr/>				
2007	Maratonina di Tavarnelle Val di Pesa	21,097	1.53	
	Maratonina di Prato	21,097	1.48	
	Pistoia / Abetone	50	6.22	
<hr/>				
2008	Maratona di MALTA	42,195	4.15	
	Maratonina di Pistoia	21,097	1.45	
	Maratonina di Prato	21,097	1.44	
	Maratonina di Tavarnelle Val di Pesa	21,097	1.50	
	Maratonina di Bonelle	21,097	1.54	

Maratona Prato / Boccadirio	
Maratona di Firenze	

42,195	5.07	
42,195	4.01	

2009	Maratona di Verona	
	Strasimeno	
	Maratona di Roma	
	Maratonina di Prato	
	Maratonina di Tavarnelle Val di Pesa	
	Maratonina di Bonelle	
	Maratona di Trieste	
	il Passatore Firenze /Faenza	
	Pistoia / Abetone	
	8 ore di Capraia Fiorentina	
	Maratona di Lucca	
	Maratonina di Agliana - 6 ponti	
	Maratonina di Palermo	
	Maratona di Firenze	
	Maratona del Tricolore di Reggio Emilia	

42,195	3,56	
58,700	6.01	
42,195	3.52	
21,097	1.44	
21,097	1.49	
21,097	1.43	
42,195	3.56	
100	13.59	
50	6.41	
30,755	8	
42,195	3.57	
21,097	1,52	
21,097	ritirato	
42,195	4.07	
42,195	3.56	

2010	Maratona di Marrakech	
	Maratona di Roma	
	Maratonina di Prato	
	Maratona di Milano	
	Maratonina di Tavarnelle Val di Pesa	
	Maratona di Fano	
	100 Km Passatore -Firenze / Faenza	
	Pistoia / Abetone	
	Gran Fondo del Gran Sasso	
	Strarimini 100 Km	
	Volterra S. Cimignano	
	8 ore di Capraia Fiorentina	
	Maratonina di Agliana - 6 ponti	
	Maratona di Firenze	
	Maratona del Tricolore Reggio Emilia	

42,195	4,05	
42,195	4.10	
21,097	1.40	Miglior tempo
42,195	3.38	Miglior tempo
21,097	1.50	
42,195	3.49	
100	11.48	Miglior tempo
50	5.46	Miglior tempo
50	4,45	
100	11.24	
30	2.33	
57,672	8	Miglior tempo
21,097	12.14	
42,195	4.02	
42,195	4.09	

2011	Maratonina di Tavarnelle Val di Pesa	
	Maratona di PARIGI	
	Maratona di S. Valentino TERNI	
	Piazza a Piazza	
	Maratona del Montalbano	
	Maratona di Venezia	
	Eroica del Ghianti	
	Maratona di Firenze	
	Maratona del Tricolore Reggio Emilia	
	Maratonina di Prato	

21,097	1.55	
42,195	4,05	
42,195	4,12	
83	16,00	
42,195	5,29	
42,195	3,58	
65	6,53	
42,195	3,57	
42,195	3,45	
21097	1.52	

2012	Maratona di Malta
	Maratonina di Tavarnelle
	Maratonina di Prato
	50 Km di Romagna
	100 Km Passatore
	Ecomaratona delle Madonie (Sicilia)
	Pistoia - Abetone
	Maratona Santanton (Austria)
	Maratona del Pinone in Montagna
	Maratona del Mugello
	Maratonina di Signa

42,195	4,19	26-feb
21,097	1,55	18-mar
21,097	1,50	09-apr
50	5,13	25-apr
56	6,47	Ritirato probl.stomaco
42,195	6,20	02-giu
50	6,05	24-giu
42,195	4,38	08-lug
42,195	4,38	14-lug
42,195	4,27	22-set
21,097	1,51	07-ott

2014	Ultra Maratona Quarzazate Marocco
	Piazza a Piazza
	Miglio Pratese
	Maratonina Choco Marathon Perugia
	Eroica

30	4,45,48	16-mar
75		10-mag
1,609	7,19,6	06-set
21,097	2,42,00	26-ott
42,195	5,19,00	02-nov

2015	Maratonina di Formentera / Ibiza
	Maratonina di Suviana
	Maratonina di Livorno

21,097	2,27,26	17-mag
21,097		07-giu
21,097		08-nov