

la mia Storia Podistica

**Cirri
Stefano**

ha percorso i primi chilometri con i nostri colori sociali il **1 Gennaio 2008** alla gara " la Pratese c'è ..anche il 1° gennaio Cascine Tavola " (PO) percorrendo **Km 7,5** e poi

2007		2008		2009		2010		2011	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
		50	652,168	46	648,394	69	844,771	74	1028,774
		STRATEGICO		SPORTIVO		GRINTOSO		INFRANGIBILE	
2012		2013		2014		2015		2016	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
84	1016,189	62	708,697	62	766,403	62	670,199		
DETERMINATO		INESTIMABILE		SAGGIO		ROCCIOSO			

TOTALE KM AL 31/12/2015

6335,591

TOTALE PRESENZE AL 31/12/2015

509

La mia Storia

Squilla il telefono, l'amico che viene sempre a giocare a tennis con me mi avverte che la domenica non potrà più venire a giocare . Non importa, vuol dire che mi riposerò, dissi, poi ripensandoci mi ricordai che ero venuto a sapere che a San Ippolito di Galciana c'era una corsa di podismo a livello amatoriale, decido quindi di provarci e dopo aver fatto l'iscrizione , sudando e faticando raggiungo il traguardo dove con stupore mi dicono che sono arrivato a premi fra i veterani, era l'anno in cui compivo i miei 50 anni.

Da quel giorno invece di inseguire palloni da calcio e palline da tennis mi sono messo a rincorrere i podisti. Un paio di anni a correre da libero poi sono entrato nella mia prima società, le Lumache di Mezzana del Fausto dove ho cominciato a capire lo spirito del podismo.

Dopo due anni con dispiacere ho salutato Fausto e i miei compagni e sono passato alla Podistica Pratese dove vi erano iscritti dei miei amici.

Li insieme al mitico Presidente Raffaele... ad Antonio, Mario, Denis , Ignazio, Silvio, Giuliano e tanti altri ho incominciato ad allenarmi con più serietà per non dover vedere tutte le domeniche la schiena dei miei compagni d'avventura. Non è che ora vada molto meglio, ma sono riuscito a fare i 10000 mt in poco più di 42 minuti , la 1/2 maratona in 1h30m e quest'anno a 58 anni la mia prima maratona in 3h39m.

Cosa devo dire ancora; che nel podismo c'è poco divertimento, molta fatica ma tanta soddisfazione delle imprese che ognuno nel suo piccolo riesce a compiere.

Non ho altro da dire, solo un'abbraccio ai componenti della mia società e un saluto a tutti quelli che in questi anni mi hanno accolto fra loro come solo nel podismo può accadere.

Augurandovi ancora tanti km, tanta fatica, tanto sudore ma soprattutto tanto piacere vi aspetto alle gare per correre con voi.

Un saluto da Cirri Stefano atleta della Podistica Pratese!

Le mie IMPRESE

Impresa

Km

Tempo

Osservazioni

2008	Maratona di MALTA
	Maratonina di Bonelle
	Maratonina di Agliana - 6 ponti

21,097	1,44	
21,097	1,39	
21,097	1,32	

2009	Maratonina di Pistoia
	Maratonina di Tavarnelle Val di Pesa
	Maratonina di Prato
	Maratonina di Bonelle
	Maratonina di Agliana - 6 ponti

21,097	1,30	Miglior tempo
21,097	1,35	
21,097	1,43	
21,097	1,34	
21,097	1,32	

2010	Maratonina di Pistoia
	Maratonina di Prato
	Maratonina di Tavarnelle Val di Pesa
	Maratonina di Bonelle
	Volterra S. Cimignano il Miglio
	Maratonina di Signa

21,097	1,41	
21,097	1,33	
21,097	1,37	
21,097	1,40	
30	2,28	
1,609	6,22	
21,097	1,35	

2011	Maratonina di Civitanova Marche
	Maratonina di Tavarnelle Val di Pesa
	Maratonina Vivicittà Firenze
	Maratonina di Empoli
	Maratonina di Bonelle
	Maratonina di Prato
	Piazza a Piazza
	Maratonina di Agliana - 6 ponti
	Maratonina di BILBAO - SPAGNA
Maratona di Firenze	

21,097	1,43	
21,097	1,35	
21,097	1,41	
21,097	1,32	
21,097	1,35	
21,097	1,32	
83,000	12,10	
21,097	1,43	
21,097	1,39	
3,38	3,38	1° Maratona

2012	Cronocaserana
	Maratonina di Scandicci
	Maratonina di Pistoia
	Maratonina di Prato
	Miglio
	Maratonina di Signa
	Maratonina 6 ponti di Agliana
Maratona di Firenze	

5	20,18	07-gen
21,097	1,36	19-feb
21,097	1,33	25-mar
21,097	1,31	09-apr
mt 1609	'6,10	12-set
21,097	1,35	07-ott
21,097	1,32	04-nov
42,195	3,28	25-11 Miglior tempo

2013	Cronocaserana
	Maratonina di Tavarnelle Val di Pesa
	Maratonina di Pistoia
	Maratonina di Prato
	Miglio

5	0,20,42	05-gen
21,097	1,43,00	17-mar
21,097	1,45,44	24-mar
21,097	1,38,22	01-apr
1,609	6,26,8	11-set

Maratonina 6 ponti di Agliana

21,097	1,39,13	03-nov
--------	---------	--------



2014	1° Gennaio Cascine Tavola
	Cronocaserana
	Maratonina di Fucecchio
	Ultra Maratona di Quarzazate DESERTO
	Maratonina di Prato
	Miglio Pratese

7,5	33,11	01-gen
5	21,46	04-gen
21,097	1,36,08	02-mar
30	2,41,15	16-mar
21,097	1,35,07	21-apr
1,609	6,24,7	06-set



2015	Miglio Pratese
	Maratona di Bangkok (Thailandia)

1,609	6,24,40	03-ott
42,195	4,49,32	15-nov

