

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		2007		2008		2009		2010		2011		2012		2013		2014		2015		2016		2017		2018		2019		2020		2021	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
43	480,497	39	486,294	34	597,153	53	1059,010	55	1164,006	52	882,769	52	900,571	35	416,094	42	666,501	53	699,432	32	437,191	28	394,294	20	227,100	14	183,357				
PROMETTENTE		GENEROSO		SPORTIVO		INALTERABILE		RIFLESSIVO		SPORTIVO		INFRANGIBILE		ORIGINALE		OTTIMISTA		INDISPENSABILE		INOSSIDABILE		INCALCOLABILE									

TOTALE KM AL 31/12/2019

8594,323

TOTALE PRESENZE AL 31/12/2019

552

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 qualè 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
Maratonina di Prato
Maratonina di Tavarnelle Val di Pesa
Maratonina di Bonelle
Maratona Prato / Boccadirio
Maratona di Firenze

21,097	1.45	
21,097	1.44	
21,097	1.50	
21,097	1.54	
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

21,097	1.55	
42,195	4,05	
42,195	4,12	
83	16,00	
42,195	5,29	
42,195	3,58	

Eroica del Ghianti
Maratona di Firenze
Maratona del Tricolore Reggio Emilia
Maratonina di Prato

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



2016	1° Gennaio Cascine Tavola
	Maratonina dei Laghi di Pljvice

7,5	0,38,13	01-gen
21,097	2,31,58	05-giu

2017	

