



il Podista



N.1 Gennaio / Febbraio / Marzo

2020

COMITATO COORDINAMENTO PODISTICO BOLOGNA

Gli auguri dei Presidenti delle società podistiche

**BUONE FESTE
E BUONE CORSE!**



In appendice: Il Calendario 2020

Registrazione

Tribunale di Bologna n. 5935

Del 04 Gennaio 1991

Poste Italiane s.p.a.

Spedizione in abbonamento postale

D.L. 353/2003 (Conv. in L. 27/02/2004 n. 46)

Art.1, comma2, DBC-Bologna

INDIRIZZO:

Presidente: Francesco Perri (Sanrafel)

Vice presidente: Massimo Assirelli (Castenaso)

Segretario: Gelsomino Sergi (Fidas Gnarro Jet Mattei)

Comunicazione: Andrea Pezzino (Pontelungo)

Tesoriere: Claudia Fanti (UISP)

Consiglieri: Gerardo Astorino (Corri con noi), Massimo Polga (AVIS Pianoro Pro Loco)

Stesura Calendario: Paolo Tolomelli

Addetto Stampa: Antonio Apruzzese

Il Comitato si riunisce ogni primo GIOVEDÌ di ogni mese

SOMMARIO

Copertina: Foto Calderara 2020

Pagina 2: IL COMITATO

Pagina 3 e 4: TUTTO NOTIZIE

Pagina 5: I NOSTRI SPONSOR

Pagina 6: LE STORIE

Pagina 7: NOVITÀ IN CORSA

Pagina 8: DALLA TAVOLA ALLA CORSA

Pagina 9: CAMMINATE GREEN

Pagina 10: L'IMPRESA

REDAZIONE

N.1 Gennaio / Febbraio / Marzo

Notiziario bimestrale, del Comitato Podistico Bolognese

Direttore Responsabile:

Gerardo Astorino

Caporedattore:

Antonio Apruzzese

Direzione:

Via Andreini, 18 c/o Comitato Podistico Bolognese. Contatto: cell. 3356890187

**Progetto Grafico, fotocomposizione e Stampa
Tipolitografia Vecchi Dario**

Sede e contatti

Via Andreini, 18 - 40127 Bologna (BO)

Tel. 335 689 0187 - Presidente Francesco Perri

Mail: info@comitatopodisticobolognese.it

Fb: Comitato podistico bolognese

Web: www.comitatopodisticobolognese.it



GALAVERNA, A PIANORO SI CORRE PER L'ASSOCIAZIONE "IL CUCCIOLO"

Uno degli appuntamenti più attesi del Calendario bolognese. Domenica 19 gennaio c'è la **Galaverna a Pianoro**. Cinque i percorsi: 20, 16, 10, 7,5 e 3,5. Lunga vita per questa manifestazione giunta al 48mo anno (il 14mo per la camminata riservata alle scuole, da 3,5 km). Novità importante: per evitare lunghe code la domenica mattina il ritiro buste con i pettorali per singoli e gruppi sarà possibile anche il sabato, presso la sede dell'Avis, dalle 16 in poi.

Il programma prevede la Santa Messa alle 7.45. Poi le partenze: alle 9 per la camminata, 9.05 per la mini mentre ultimo start (9.15) per il nordic walking. La maglietta della manifestazione verrà consegnata ai partecipanti prima del via per consentire di indossarla durante la camminata. Al termine grande ristoro. Foto scaricabili dal web.

Tutto il ricavato andrà all'Associazione Il Cucciolo che supporta l'Unità Operativa di Terapia Intensiva Neonatale e Neonatologia del Policlinico S.Orsola di Bologna.

IL 1° MARZO TORNA LA BOLOGNA MARATHON

Dopo tanti anni e rinvii, la **Maratona a Bologna**. La Fidal ha confermato l'inserimento nel calendario il 1° marzo 2020. Partenza in via Indipendenza alle ore 9 e arrivo in Piazza Maggiore. In programma anche la 30 km dei Portici e la Bologna City Run di 6 km.

Per la 42k un percorso ad anello che correrà tra gli edifici storici di Bologna. Verranno attraversati tutti i quartieri cittadini, buona parte in centro storico. Non sarà comunque una maratona facile con i suoi 274 i metri di dislivello positivo.

Per quanto concerne le quote, per la maratona sono 42 euro fino al 10 gennaio 2020 (37 per gruppi con almeno 15 iscritti). Per la 30 km si parte con 32 euro (per i gruppi: 28 euro), mentre la City Run avrà una quota di 10 euro (dai 19 anni), 5 euro (13-18), gratuita per under 12 accompagnati.

Info su : www.bolognamarathon.run



MARATONINA COLLI, UNA CLASSICA CHE MANCAVA

Ecco un altro gradito ritorno. Parliamo di una nuova classicissima del podismo bolognese che manca da qualche anno. Il 22 marzo infatti la Fidas Gnarro Jet Mattei organizzerà la nuova **Maratonina dei Colli Bolognesi**, in collaborazione con la Podistica bolognese. Sarà solo competitiva con percorso accorciato (circa 22 km) ma comunque spettacolare. A breve il volantino.

L'ARCI SAN LAZZARO LASCIA

Alla Vallazza di Molinella abbiamo visto per l'ultima volta la bandiera bianco-verde dell' **Arci San Lazzaro**. Ormai gli iscritti erano ridotti a poche unità e non c'erano più i numeri per svolgere una normale attività sociale.

L'Arci San Lazzaro si era costituita nel 1978 e fino a qualche anno fa aveva organizzato il Giro podistico di San Lazzaro. Una società che lascia mette sempre tristezza. Agli amici del club il nostro saluto con la speranza di vederli comunque alle camminate.



“BOLOGNA RUNNING”: LE CAMMINE A PORTATA DI APP

Per sapere dove correre la domenica ora basterà dare uno sguardo al proprio smartphone e cercare l'app **Bologna Running**. Disponibile per ora solo con sistema operativo Android, l'app consente di avere a portata di mano le camminate del Calendario Podistico Bolognese e le gare competitive. L'applicazione introduce ad una prima schermata con gli appuntamenti in sintesi che è poi possibile 'esplorare' nel dettaglio con orari, percorsi, servizi e contatti. Naturalmente non mancherà il volantino della manifestazione.

L'app è già disponibile gratuitamente su Play Store e viene continuamente implementata ma contiene già una discreta banca dati. In futuro potranno essere inserite e 'segnalate' anche gare fuori provincia per consentire ai runner di avere più opzioni per la propria domenica podistica.





i nostri Sponsor

I 50 ANNI DELLA LOLLI AUTO, UNA VITA PER IL PODISMO

Una vita per la sua azienda, ma tanto impegno per una delle sue passioni, il podismo. Nel 2019 la Lolli Auto con il suo presidente Bruno ha festeggiato i 50 anni di attività.

Ripercorriamo le tappe più importanti di una carriera ricca di soddisfazioni.



Il 1969

Bruno, Fernanda, qualche metro quadro e la passione per i motori. L' "Officina e Carrozzeria Lolli" nasce così. La continua sinergia tra tradizione e innovazione ha fatto il resto. E questo forse è stato il loro merito più grande.

Il 1972

È l'anno del cambiamento e della crescita. Il sogno di Bruno è ambizioso. Il capannone si amplia, i servizi si moltiplicano e dopo pochi anni nasce il CENTRO POLIVALENTE AUTO, il primo centro a Bologna e provincia in grado di operare su ogni aspetto che riguarda il mondo delle auto.

Il 1976

Nasce il gruppo podistico Carrozzeria Lolli, oggi Lolli Auto Sport Club. Per 40 anni ci siamo dedicati all'organizzazione del Trofeo Lolli Auto, mezza maratona competitiva con partenza dinanzi alla nostra azienda e tutt'ora siamo sempre al fianco dei nostri atleti.

Il 1989

Sono già arrivati in azienda Cristiana e Marco quando nasce la Lolli Auto srl. Si parte con le Opel e poi ci si apre a tutte le marche e ai veicoli commerciali, nuovi e usati.

Il 2006

Non si può parlare di Bruno senza raccontare la sua passione per la Rossa di Maranello. E mica ci si può accontentare di una bandiera! Bisogna tifare e partecipare attivamente a gioie e dolori della Ferrari. Così nasce

Scuderia Ferrari Club Zola Predosa, uno degli oltre 200 club ufficiali Ferrari presenti al mondo e giustamente Bruno è presidente onorario.

Il 2019

La terza generazione è arruolata. Jessica e Nicolas hanno seguito le orme di famiglia. C'è anche Alexandra, la "piccola" di famiglia. È grazie a tutti loro se la Lolli è una grande famiglia e una grande azienda con la passione per lo sport.

«Vado di corsa, per fermare il Parkinson»

Leotta, 44 anni, è stato il bolognese più veloce alla maratona di New York: «Faccio fatica, ma così provo a controllare la malattia»

di **Alessandro Gallo**

Il miglior bolognese, cronometro alla mano, alla maratona di New York. L'impresa di Edoardo Leotta non è tanto nelle 3ore 9' 54" con cui ha chiuso la maratona, ma in quello che fa, al lavoro, di corsa e con il suo blog, «dopaminagonista.com». Perché Leotta è affetto da Parkinson. Ma questo non gli ha impedito di continuare a correre. Magari con più fatica degli altri. Ma con il sorriso sulle labbra, senza dimenticare i sacrifici e con la voglia di arrivare al traguardo. Sempre.

Edoardo, quanti anni ha?

«Sono nato a Bologna il 12 febbraio 1975, sono 44».

Società di appartenenza?

«Sanrafel».

Quante maratone ha fatto?

«Due. New York è stata la seconda esperienza».

Quando si è avvicinato alla corsa?

«Nel 2015».

Il suo lavoro?

«Consulente informatico».

E quando ha appreso di essere affetto dal Parkinson?

«I primi segnali nel 2010, ma forse era partito tutto prima».

Quali segnali?

«Sulla tastiera la mano destra volava, la sinistra aveva qualche difficoltà. Dopo due anni si è arriva-

UNA FAMIGLIA IN APPOGGIO

«Mia moglie Veronica e mia figlia Cecilia mi supportano e mi sopportano»



Edoardo Leotta, 44 anni, corre per la Polisportiva Sanrafel a New York

ta alla diagnosi, Parkinson».

Malattia che molto spesso viene associata a un'età avanzata.

«Si è portati a pensare che colpisca gli anziani. Ma in realtà l'età si abbassa. Dicono che la malattia cominci 2-3 anni prima dei segnali. Per me dovrebbe essere cominciata nel 2007, quando avevo 32 anni».

E la corsa?

«Mi aiuta. Mi tengo in equilibrio, snello e allenato. E combatto in qualche modo la rigidità muscolare, il tremore. I malati di Parkin-

son sono più soggetti alla depressione, a causa della produzione diminuita di dopamina. La corsa mi aiuta anche in questo».

Quante volte si allena?

«Quattro volte la settimana. Faccio 70-80 chilometri attorno a San Lazzaro. Oppure a Castel Maggiore. Faccio parte di un progetto coordinato dal dottor Gabriele Rosa, cardiologo e allenatore che ha portato al successo tante persone che ha messo insieme nell'ambito del progetto "Road to New York". Il movimento

può essere la migliore terapia per rallentare il Parkinson».

Malattia per la quale non c'è rimedio.

«Per ora no. Non so per quanto potrò correre perché faccio fatica. Ma continuerà a farlo. Una volta pensavo che ci sono malattie peggiori della mia. Ma, forse, siamo tutti un po' malati. L'importante è reagire. Rialzarsi».

Domanda scontata...

«La so, la so. Ormai me la fanno tutti. Non sono parente con Diletta Leotta, l'immagine di Dazn».

Torniamo alla malattia.

«Penso che sia stata quasi un avvertimento per correggere il mio sistema di vita, per cambiare rotta. E' un'occasione di rinascita».

La sua famiglia?

«Ci sono Veronica, che è mia moglie e Cecilia, 10 anni, nostra figlia, che balla. Ho una famiglia che mi supporta e mi sopporta».

Perché dice sopporta?

«Perché i miei sacrifici sono anche i loro. Faccio più fatica rispetto ad altri. E correre porta via energie. Però...».

Dica.

«Però mia moglie e mia figlia erano a New York con me. A fare il tifo. E' stato bello, perché New York non è una maratona è una festa. Arrivare in fondo è bellissimo».

E adesso?

«Vado di corsa, finché ci riesco. A marzo ci sarà la maratona di Bologna. Correre nelle strade della mia città sarà bellissimo».

Si sente testimonial della lotta contro il Parkinson?

«Sono una persona che corre. Che non vuole abbattersi. E che racconta il suo pensiero in un blog. Non bisogna arrendersi».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

BOWLING

Il Galeone fa incetta di medaglie tricolori

I campionati italiani di tris e a squadre di bowling regalano tante soddisfazioni a Bologna e al club Galeone che rientra dalla trasferta nel Padovano con due medaglie d'oro e una di bronzo. Dopo un campionato di tris non in linea con le attese, arriva il terzo posto, nell'élite, per il Galeone Tecnopose con Massimiliano Celli, Andrea Minarelli e Maurizio Celli (assente più che giustificato Francesco Vaccaro in Indonesia per la World Cup). Undicesima piazza per l'asd 2001 con Stefano Sciascia, Stefano Paci e Denis Reggiani. Ma è nella prova a squadre che Bologna e soprattutto il Galeone trovano il ritmo dei giorni migliori. Successo per la formazione femminile con Sofia Salinas, Fabiana Baraldi, Anna Cionna, Elisa Primavera e Monica Bagnolini. Volano anche i cadetti del Galeone che si mettono al collo una bella medaglia d'oro con Jacopo Scapin, Claudio Nazzurri, Gabriele Mastrolebo, Mirko Longo, Edoardo Inglese e Massimiliano Menini. Nel raduno della Nazionale, a Modena, il 23-24 novembre indosseranno l'azzurro Elisa Primavera, Monica Bagnolini e Sofia Salinas.

IMPRESA EDILE CERAMICHE DESIGN DI COLAPIETRA ORAZIO MARIA

T. 340-5050246 - 3356750327 - Via Catalani, 16 - Casalecchio di Reno (Bologna)

SHOWROOM

Vendita e posa di pavimenti in gres porcellanato, rivestimenti dai grandi formati al mosaico, marmi e graniti, parquet prefinito, box doccia, rubinetteria, sanitari, arredobagno, e molto altro ancora...

Ristrutturazioni chiavi in mano (interne ed esterne) .. sopralluogo e progettazione, preventivo gratuito, demolizione vecchie murature, realizzazione di nuove pareti in muratura o cartongesso, cucine e bagni in muratura, posa pavimento e rivestimento, piatti doccia in opera, tinteggiatura, riparazioni balconi terrazze, sottofondi lisciati e termoacustici per posa pavimento, impermeabilizzazioni e molto altro ancora

Sconto 10% per podisti iscritti all associazione

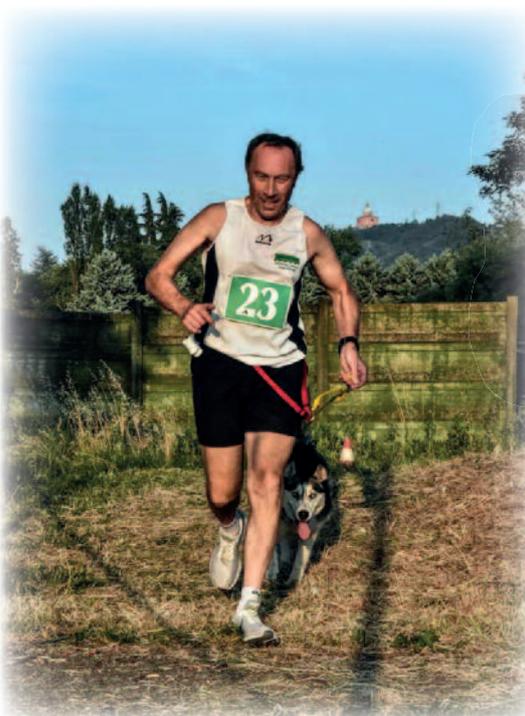


Novità in corsa

A MINERBIO UNA CINQUE FOSSI A 6 ZAMPE

La novità della **Cinque Fossi 2019** è stata una passeggiata a 6 "zampe" con i cani della tenuta del Mito. Le dogrun sono sempre più frequenti e anche in occasione della Maratona Di Crevalcore Fido sarà protagonista. Domenica 5 gennaio infatti partirà la DogMarathon partirà dagli impianti sportivi, alle ore 9. Percorso da 4,2 km che il vostro amico a quattro zampe dovrà percorrere al guinzaglio e, se occorre, con museruola. 5 euro per il pettorale. Ci sarà anche un concorso che premierà il selfie che otterrà più like

Fra i cani più affezionati alle gare bolognesi c'è Kira, husky di 4 anni di Alberto Predieri della Pontelungo. "Ovviamente è lei che tira me", scherza. "È un cane meraviglioso, sembra che la corsa ce l'abbia nel Dna. La mattina della domenica sembra in adrenalina come tutti i runner. Quando parte, poi, è disciplinatissima: non taglia, non disturba, fa la sua corsa. Mi segue anche negli allenamenti su per San Luca". Dunque, ben vengano queste manifestazioni. "Certo, molti lasciano il proprio cane a casa perché sanno che non hanno un



percorso dedicato e in sicurezza", conclude Alberto.

Più professionale la corsa con i cani per Daniele Chiefa, tesserato per un club torinese ma che vediamo talvolta anche da noi. "Abito a Castel Maggiore, in autunno mi alleno con i miei due husky maschi, Coka' e Boomerang: ma non gli stai mica dietro", dice.

Daniele è un campione, due volte argento e un bronzo nei mondiali degli ultimi anni nel circuito Wsa. "Gareggio in inverno con entrambi i miei cani nella corsa su slitta o con uno di loro in bici, a piedi o sugli sci di fondo".

Daniele non nasce dogrunner, "il mio primo approccio è da cinofilo. Ho iniziato con il mio vecchio cane, morto a 20 anni. Amo i miei animali e siamo compagni di vita, prima che nello sport".

Dunque la domenica si corre con Fido...

organizza la

4 passi
4 zampe **1ª DOG MARATHON**

DOMENICA 5 GENNAIO 2020

CREVALCORE
Ritrovo ore 8.00
Palestra Comunale - Via Caduti di Via Fani (zona impianti sportivi)

PERCORSO
Cominata non competitiva in anello sulla distanza di km 4,2 circa

PARTENZA/ARRIVO
Palestra Comunale di Crevalcore - Partenza unica ore 9.00

PARTECIPAZIONE - PREMI E RISTORO
Possono partecipare tutti i cani purché al guinzaglio, con museruola se necessario e sacchetti raccolta deiezioni. I cani sono sotto la diretta responsabilità dei propri padroni.
Euro 5,00 per ogni cane
Ristoro finale in palestra
Prodotti per cani e luce segnalazione per passeggiate in sicurezza

INFO e ISCRIZIONI
Preventive invio email a lanavolce@outlook.it oppure al 3389348361
La mattina sul posto fino a 10' prima della partenza.

ASSISTENZA
Sarà curata dal servizio della Pubblica Assistenza di Crevalcore

Manifestazione a carattere ludico-motorio - Del. Reg. 775/2004
LA MANIFESTAZIONE SI TERRA' CON QUALSIASI CONDIZIONE ATMOSFERICA

RICORDATE IL FIDO-KEEPER!
Scatta un selfie con il tuo amico a quattro zampe lungo il percorso e pubblica la foto sulla pagina FB DOG MARATHON CREVALCORE. I primi 3 partecipanti che ottengono più "like" verranno premiati. I vincitori verranno pubblicati sulla nostra pagina entro il mese di gennaio 2020.



I CIBI GIUSTI PER UN'ESCURSIONE O UNA CAMMINATA NEL WEEKEND

Sia che pensiate di affrontare una camminata ludico-motoria o una semplice escursione durante il fine settimana, scegliere il cibo giusto può aiutare a sentirsi meglio e ad affrontare qualsiasi percorso. I cibi migliori sono quelli che forniscono molta energia senza appesantire. Scegliete cibi con carboidrati complessi e proteine, avrete così un'energia duratura. Per esempio, le gallette con la bresaola rappresentano il giusto mix di nutrienti, anziché un sacco di calorie vuote come quelle della merendina. Sul momento questa darà sicuramente molta più soddisfazione, ma dopo poco la fame tornerà a far capolino.

Ecco alcuni pratici consigli:

- Ricordate di iniziare la giornata con una colazione sostanziosa, ma bilanciata. Per esempio: anziché il solito tè e biscotti, provate con una tazza di latte (meglio se vegetale) con dentro 3/4 cucchiaini di fiocchi di avena, un cucchiaino di muesli ed una spolverata di cacao amaro.
- Concentratevi sull'energia duratura: preferite cioè alimenti contenenti proteine, carboidrati complessi e grassi sani. Vengono digeriti più lentamente e rilasciano un costante apporto energetico durante tutto l'arco della giornata.
- Godetevi qualcosa di fresco: non limitatevi ai cibi non deperibili. Portate con voi anche frutta e verdura fresca e, se lo gradite, dell'hummus di ceci che si può spalmare per uno spuntino veloce.
- Mangiate poco e spesso. Fate uno spuntino ogni una/due ore, anziché tre pasti abbondanti al giorno
- Ricordate di bere acqua non solo durante l'escursione, ma anche nei giorni precedenti. E soprattutto bevete anche se non avete sete, soprattutto nei giorni più caldi.

Lorenzo Bergami - Strategic Nutrition

B **BENTIVOGLI SRL**
INDUSTRIA GOMMA



Camminate green

BICCHIERI DI PLASTICA, SEMPRE MENO E PIÙ RICICLABILI

Più sensibilità ambientale anche nelle camminate. L'invito del Comitato è a ridurre l'uso dei bicchieri di plastica. Ogni domenica si consumano dai 3000 ai 5000 bicchieri di plastica. Un numero davvero importante, spesso anche frutto di scarsa attenzione al riuso ma in ogni caso una pratica che non è più possibile permettersi.

Il Comitato podistico bolognese rivolge a tutti i podisti la richiesta di limitare l'uso dei bicchieri di plastica. Tutte le società sono state sensibilizzate a distribuire un solo bicchiere a chi si presenta al ristoro e a dotarsi di bicchieri ecocompatibili. Ovviamente il tutto con la flessibilità necessaria in questi casi ma i podisti possono davvero dare una mano all'ambiente (e alle casse delle società) utilizzando un unico bicchiere.

Insomma, il ristoro può diventare green con l'aiuto di tutti.



LA RICETTA / IL PANONE BOLOGNESE



(dal giornaledelcibo.it)

Ingredienti

500 gr farina 250 gr zucchero 200 gr uva sultanina 150 gr mandorle pelate 100 gr cioccolato fondente 100 gr mostarda bolognese 100 gr miele 50 gr pinoli 50 gr scorza d'arancia candita
30 gr cacao amaro 350 ml latte 50 ml vino bianco 1 bustina lievito

Istruzioni

- 1.** In una ciotola impastare la farina, latte, zucchero, uva sultanina (precedentemente ammorbidita in acqua tiepida), cioccolato fondente a pezzetti, cacao amaro, mostarda, miele vino, scorza d'arancia a pezzetti, $\frac{2}{3}$ delle mandorle pelate e $\frac{2}{3}$ dei pinoli.
- 2.** Mescolare accuratamente e poi lasciare riposare l'impasto per un paio d'ore.
- 3.** Poi aggiungere il lievito, setacciandolo e amalgamando tutto bene.
- 4.** Versare l'impasto in uno stampo ben imburrato di solito rettangolare, decorare con le mandorle e i pinoli rimanenti. In forno per circa un'ora a 180°.

UN BOLOGNESE ALLA TOR DES GEANTS

Fausto Tenaglia del Gs Rondone ha portato a termine a settembre uno dei più massacranti trail al mondo: un mostro di 330 km con 24 mila metri di dislivello.

Ecco il suo racconto:

"Già la prima sera so perché lo faccio e perché non lo farò più: l'emozione della partenza, in mezzo ad un pubblico che sembrava enorme, quella del passaggio a La Thuile, fra due ali di folla; e so che la fatica del Col de Crosatie e di tanti altri colli che arriveranno non la voglio più fare (ma finora ho sempre cambiato idea).

Meno di 2 ore in branda a Valgrisa e via al Col Fenetre, discesa a Rhemes (1700) e inizio della salita verso l'Entrelor (3000). A metà le gambe si rifiutano di salire e il pensiero che il colle successivo, dopo la discesa in Valseveranche (1500), sarà il Col Lauson (3300) mi fa venire i primi dubbi.

Col Lauson, che non sarà poi così tremendo se non per la sua discesa al buio di 4 ore; anche a Cogne un paio d'ore di sonno e via verso la terza giornata, finalmente una delle più tranquille, ma anche più spettacolare.

A Donnas nonostante 4 ore di sonno prima di arrivare al rifugio Coda gli occhi non stanno più aperti, faccio 2 microsonni e mi sveglia la voce di uno al rifugio: sarà durissima entrare nei cancelli di Niel e Gressoney.

La quinta è l'altra giornata tranquilla, affronto le ultime due notti dormendo entrambe 2 volte per 2 ore; e così sabato mattina sono a Frassati dove posso permettermi di fare salotto con la plurivincitrice Lisa Borzani.

Salendo al Malatrà faccio un lungo pezzo con Roberta Peron che il Tor l'ha quasi inventato. E alla fine Courmayeur, da dove tutto era iniziato 146 ore prima, ma con le stesse emozioni, anzi di più..."





Calendario 2020

COMITATO COORDINAMENTO PODISTICO BOLOGNA

L'amicizia e la passione sportiva da sempre sono l'arma vincente

GENNAIO 2020

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza - Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Mercoledì 1				
Domenica 5	1ª Dog Marathon & Family Run	9,5 Ludico Motoria	9,00	Palestra Comunale Via Caduti di Fani 2 Crevalcore Tel. 3389348361 ASD PODISTICA LIPPO CALDERARA lunaveloce@outlook.it
Domenica 12	Camminata dei Presepi	10,6 - 6,5 - 2 Ludico Motoria	9,00	Chiesa di Mascarino - Castel d'Argile (BO) Tel. 333.8506123 ASD. BO-ZOCCA
Domenica 19	48ª Galaverna	20 - 16 - 10 - 7 - 3,5 Ludico Motoria	9,00	Parco Ginepreto - Pianoro - (BO) prolocoavisplanoro@alice.it Tel. 338.7512138 G.S. PROLOCO AVIS PIANORO
Domenica 26	Corri con LEAF	12 - 7 - 3 Ludico Motoria	9,00	Poliambulatorio San Camillo via Seminario 1 la Mura San Carlo San Lazzaro di Savena Tel. 335.6910173 andga@iol.it LEAF

FEBBRAIO 2020

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza - Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Domenica 2	Corri con Vito	10 - 7 - 3 Ludico Motoria	9,00	Campi sportivi via Bottonelli 11 Casteldebole Bologna Tel. 327.7963118 CORRI CON NOI info@corriconnoi.it
Domenica 9	44ª Camminata di Viadagola	10 - 8 - 2 Ludico Motoria Competitiva 10	9,00 9,10	Palazzetto dello Sport Via Roma 30/2 - Granarolo (BO) Tel. 340.5519884 info@team-granarolo.it ASD TEAM GRANAROLO
Domenica 16	27º Trofeo CIICAI	11 - 7 - 4 Ludico Motoria	9,00	Via Gazzani 13 Bargellino sede CIICAI - Bologna CIICAI 051-19939090 348.3404224 Tolomelli 338.4890223 POD. ATLETICO BOLOGNESE
Sabato 22	7ª Camminata di Re Bertoldo	6,2 - 3,1 Ludico Motoria	15,30	Piazza del Popolo San Giovanni in Persiceto Tel. 051-824905 ellepirrettifiche@libero.it PERSICETANA PODISTICA
Domenica 23	44ª Camminata Pontelungo	11,8 - 8,3 - 2,5 Ludico Motoria	9,00	Centroborgo Ipercoop Borgo Panigale (BO) franco.landuzzi@alice.it Tel. 051-3178419 Landuzzi 338.7064521 ASD PODISTICA PONTELUNGO

CAMMINATE SOLO SEGNALATE

Lunedì 6 GENNAIO	9ª Maratona di Crevalcore 5ª Maratonina della Befana	42,195 21,097 Solo Competitiva	9,02 9,30	Stadio Comunale di Crevalcore - Crevalcore (BO) Tel. 339.6891968 bernagozziclaudio@gmail.com POD. LIPPO CALDERARA
Domenica 1 MARZO	MARATONA BOLOGNA	42,195 - 30 - 6	9,30	
Domenica 22 MARZO	31ª Maratonina dei Colli Bolognesi	22 Competitiva	9,00	Parco Cavaioni via Cavaioni 1 Bologna gnarrojetmattei@gmail.com Tel. 392.2959989 ASD ATLETICA GNARRO JET MATTEI - POD. ATLETICO BOLOGNESE
Venerdì 3 Sabato 4 Domenica 5 APRILE	Ultra-trail via degli Dei	125 55 32 Competitiva	23,00 10,00 13,30	125 km da Bologna, 55km da Monte di Fò, 32km da San Piero a Sieve Tel. 335.7581909 info@ultratrailviadegliidei.com ASD ULTRA TRAIL VIA DEGLI DEI
Domenica 19 APRILE	3ª Cam. Libellule in Pista	5 Ludico Motoria	9,00	Piazza del Popolo S. Giovanni in Persiceto Tel. 347.1062975 e-mail dipettosgp@gmail.com PERSICETANA PODISTICA Quota iscrizione € 8

Segue a pagina 13 →

Calendario 2020



MARZO 2020

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza – Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Domenica 1	Camminata del Rondone	10 - 6 - 3 Ludico Motoria	9,00	Centro Sociale Croce Coperta - Via Papini, 28 - Bologna Tel. 349.7360122 GP RONDONE
Sabato 7	Fondazione Hospice Seragnoli	8 - 4 - 2.8 Ludico Motoria	16,00	San Marino di Bentivoglio Via Gandhi (BO) Tel. 328.6645180 valeria.golinelli@libero.it G.P. AMICI LOVOLETO
Domenica 8	37ª Maratonina delle 4 Porte 45ª Intouren a la Piv ed Zent	3 12 - 7 30 Ludico Motoria Competitiva 21,097	8,40 8,30 9,30 9,30	Piazza Andrea Costa - Pieve di Cento (BO) Tel/Fax 051-974254 333.2752044 angicos@libero.it www.icagnon.it G.P. I CAGNON
Sabato 14	11ª Camminata della Raviola	7 - 4 - 2.5 Ludico Motoria	16,00	P.zza della Resistenza - Trebbo di Reno Castel Maggiore (BO) Tel. 347.3084198 G.P. POL. PROGRESSO ASD info@gruppopodisticoprogresso.it
Domenica 15	29ª Camminata Giovanni Masi	15 - 8.5 - 4.5 Ludico Motoria	9,00	Casa dei Popoli, Via Cimarosa - San Biagio - Casalecchio di Reno (BO) Tel 051-571352 POL. G. MASI info@polmasi.it
Sabato 21	Camminata di Primavera	7.2 Ludico Motoria	14,00	Laghetti da pesca di via Redenta Molinella Tel. 338.8469828 Lazzari Ario GP ATLETICA MOLINELLA lavallazza@gmail.com
Domenica 22	Camminata di Castel d'Argile	12,6 - 6.5 - 2.5 Ludico Motoria	9,00	Centro sociale Porta Pieve - Castel D'Argile (BO) Tel 333.8506123 ASD BOLOGNA-ZOCCA
Sabato 28	Una corsa per tutti	10 - 5 - 3 Ludico Motoria	16,00	Ponte Rizzoli Ozzano Emilia (BO) Tel 339.1661597 PODISTICA OZZANESE
Domenica 29	24ª Camminata di Lovoletto e Bentivoglio 8ª Competitiva della Canapa	11 - 7 - 4 Ludico Motoria Competitiva 10/5	9,00 10,00	Impianto Sportivo - Via Rodari, 11 - Lovoletto di Granarolo E. (BO) Tel. 328.6645180 POL. LOVOLETO G.P. AMICI valeria.golinelli@libero.it

APRILE 2020

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza – Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Sabato 4	7ª Camminata Dei Tre Parchi	7.5 Ludico Motoria	15,30	Conad di Rastignano Via Marzabotto 25 Rastignano (Pianoro) Tel. 391.7989635 atleticorastignano@gmail.com ATLETICO RASTIGNANO 2012
Domenica 5	Camminata Run For Parkinson's	10 - 4 - 1.5 Ludico Motoria	9,00	Circolo Sanrafel Via Ponchielli 21 San Ruffillo runforparkinsonbologna@gmail.com Tel. 335.6890187 Perri 328.4935076 Leotta POL. SANRAFEL
Sabato 11	12ª Camminata Pro ANT	12 - 5 - 2 Ludico Motoria	15,30	Piazzale Coop Via Mezzetti Budrio atletica.castenaso@libero.it Tel 349.7433984 349.2532642 Fax 051 784374 ATLETICA CASTENASO
Lunedì 13	9ª Corri la Pasquetta a Bologna	10 - 7 - 3 Ludico Motoria Competitiva 10	8,45 9,20	Centro Sportivo Barca - Via Sanzio, 6 - Bologna Tel. 327.7963118 ASD CORRI CON NOI info@corriconnoi.it
Domenica 19	44ª Giro Podistico di S. Lazzaro di Savena	10 - 8 - 3 Ludico Motoria Competitiva 10,0	8,30/9,00 10,00	sede AVIS Via Bellaria, 7 - San Lazzaro di Savena (BO) Tel/Fax 051462929 389.8536313 AVIS S. LAZZARO gpavissanlazzaro@libero.it
Sabato 25	Camminata Le Vecchie Borgate	17,3 - 12,5 - 7 - 4,2 Ludico Motoria	9,00	Centro Sportivo V. Galetti - San Venanzio di Galliera (BO) Tel. 338.7109366 G.P. GALLIERA robertocavalleretto@virgilio.it
Sabato 25	Camminata della Resistenza	15 - 7 - 4 Ludico Motoria	9,00	Piazza Allende Ozzano Emilia (BO) Tel. 051-798175 POL. AVIS BOLOGNESE
Domenica 26	24ª Camminata Ca' Bura	12 - 7 - 3 Ludico Motoria	8,30	Parco dei giardini Ca' Bura - Via Arcoveggio, 59/8 Bologna Tel. 339.1587241 G.P. CA' BURA
Giovedì 30	Camminata del Borgo di Malacappa	7 - 3 Ludico Motoria	18,00	Borgo Malacappa Frazione di Argelato Tel 333.8506123 ASD BOLOGNA-ZOCCA



Calendario 2020

Diamo una mano all'ambiente, non sprecare il ristoro, usa un solo bicchiere

MAGGIO 2020

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza - Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Venerdì 1	42/3ª Camminata del Buongustaio	11 - 7 - 2.5 Ludico Motoria Nordi Walking 7/11	9,00 9,10	Parco delle Querce Botteghino di Zocca Pianoro (BO) Tel. 338.7512138 G.S. PROLOCO AVIS PIANORO prolocoavisplanoro@alice.it
Sabato 2	4ª Memorial Antonio Ramon Savedra	8 - 4 Ludico Motoria	18,00	Via della Guardia sede associazione giovani diabetici Bologna Tel. 333.3820940 silvanosinigaglia@gmail.com A.G.D.
Domenica 3	47ª Camminata Montanara	16,2 - 7 - 4 Ludico Motoria Competitiva 16.2	9,00 9,00	Piazza Capitani della Montagna - Vergato (BO) ASD LUMEGALTORENO Tel. 329.4608013 lumegaltoreno@gmail.com
Mercoledì 6	33ª Camminata Pro Sclerosi Multipla	7 - 2,8 Ludico Motoria	19,30	Centro Sportivo - Via Lirone, 46 - Castel Maggiore (BO) Tel. 347.3084198 GP POL. PROGRESSO ASD info@gruppopodisticoprogresso.it
Giovedì 7	20ª Camminata Moreno	7 - 3 Ludico Motoria	19,00	Moreno - Via de' Pisis, 16 - Bologna Tel. 392.2959989 ASD ATL. GNARRO JET MATTEI gnarrojetmattei@gmail.com
Domenica 10	45ª Camminata di Castenaso	12 - 5 - 2 Ludico Motoria Competitiva 5-10	8,30 9,30	Via dello Sport - Castenaso (BO) ATLETICA CASTENASO Fax 051-784374 349.2532642 349.7433984 atletica.castenaso@libero.it
Giovedì 14	Camminata di Stiatico	7 - 3 Ludico Motoria	19,15	Partenza dalla Chiesa di Stiatico di S.Giorgio di Piano (BO) Tel. 333.8506123 ASD BO-ZO
Sabato 16	SanLazzaRun 2020	8 - 5 - 3 Ludico Motoria	15,00	Piazza Bracci Parco 2 Agosto San Lazzaro di Savena Tel. 338.7159688 US ZINELLA CSI sanlazzarun@gmail.com
Domenica 17	Camminata Verdi Colline	15 - 10 - 5 Ludico Motoria	9,00	Piazza della Pace Castelletto - Castello di Serravalle - Valsamoggia Tel. 346.2372301 POL. M. S. PIETRO
Mercoledì 20	Figli della terra	7 - 3 Ludico Motoria	19,30	Villa Beatrice Argelato Tel. 329.6484223 GLI AMICI DELLA TERRA
Sabato 23	3ª Run for Mary	5 Ludico Motoria	18,00	Piazza Ravegnana 1 Bologna Tel. 327.7963118 CORRI CON NOI
Domenica 24	45ª Camminata del Lippo - 5 miglia	11.5 - 6.5 - 2 Ludico Motoria 5 miglia Competitiva	8,30 9,15	Lippo di Calderara di Reno (BO) Tel. 339.3419348 PODISTICA LIPPO CALDERARA presidente@upcalderara.com
Domenica 31	43ª Sopra e sotto i ponti	14 - 7 - 4 Ludico Motoria	8,30	Parco Parrocchiale- Via del Mercato - Sasso Marconi (BO) atletica@csisassomarconi.it Tel. 324.8912029 333.4527433 CSI SASSO MARCONI

CAMMINATE SOLO SEGNALATE

Domenica 17 MAGGIO	41ª StraBologna	12 - 7.8 - 3.9 Ludico Motoria	10,30	Via Rizzoli angolo via Indipendenza - Bologna COMITATO TERR.LE UISP BOLOGNA Tel./Fax 331.6920933 nicola.fomasari@uispbologna.it
Sabato 30 MAGGIO	RUN Midnight adotta un monumento	5 Ludico Motoria	24,00	Piazza VIII Agosto Bologna info@corriconnoi.it Tel. 327.7963118 Quota iscrizioni € 10 ASD CORRI CON NOI
Domenica 21 GIUGNO	24ª Edizione salto del cervo 5ª Trail	6 Ludico Motoria 16 Competitiva	9,35 9,30	Parco Rimembranza Castiglione dei Pepoli Tel. 338.4261179 saltodelcervo@gmail.com ASD PARCO DEI LAGHI
Sabato 11 LUGLIO	8ª Nottuna della Portaccia	7.4 Ludico Motoria 11.2 Competitiva	21,05 21,00	Piazza della Libertà Castiglione dei Pepoli Tel. 329.6885736 info@laportaccia.it ASD PARCO DEI LAGHI Quota iscrizione € 5
Martedì 1 SETTEMBRE	2ª Memorial Giagnorio	5 Competitiva	20,00	Via Provaglia Bologna Tel. 392.2959989 GNARRO JET MATTEI gnarrojetmattei@gmail.com
Giovedì 10 SETTEMBRE	Staffetta Settembrina	3 x 1.00 3 x 0.500	19,30 19,00	Piazza A. Costa Pieve di Cento angicos@libero.it Tel./ Fax 051-974254 333.2752044 G.P. I CAGNON
Domenica 13 SETTEMBRE	19ª Run Tune Up	10 non competitiva 21,097 Competitiva	9,15 9,45	Piazza Maggiore - Bologna
Domenica 18 OTTOBRE	52ª Giro dei tre Monti	Distanze varie 15,3 - 5 Competitiva e Ludico M.	9,00 9,30	Autodromo Ferrari Imola ATL. IMOLA SACMI AVIS Tel. 329.3191319 348.4103944 Quota iscrizione lud. mot. € 3
Giovedì 31 DICEMBRE	19ª Maratona di San Silvestro	42,195 / 21,097 Solo Competitiva	9,00	Centro Sportivo Pederzini - Via Garibaldi, 6 - Calderara di Reno (BO) Tel. 339.3419348 presidente@upcalderara.com POD. LIPPO - CALDERARA

Calendario 2020



GIUGNO 2020

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza – Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Lunedì 1	Camminata comunità Arca	7,5 - 4 - 3 Ludico Motoria	19,00	Comunità Arca via Badini Quarto Inferiore Bologna Tel. 328.6645180 valeria.golinelli@libero.it G.P. AMICI LOVOLETO
Martedì 2	Camminata Memorial "Deserti - Busi"	10 - 6 - 2 Ludico Motoria	8,30	Piazza della Pace Mercatale di Ozzano dell'Emilia COO.STAFF.POD. 2 AGOSTO 1980 Tel. 348.3109680 051-796117 loris.venturi@libero.it
Venerdì 5	Andan a Meder	7 - 3 Ludico Motoria	19,30	S. Giorgio di Piano Centro Sportivo Zanardi Tel. 391.4899905 pessa1963@gmail.com SANGIOGESE RUNNING
Domenica 7	Camminata dei 2 Mulini	12 - 7,8 - 3,5 Ludico Motoria	8,30	Centro Sportivo - Anzola dell'Emilia (BO) franco.gozzi@live.it Tel/Fax 051-732163 347.0370741 POL. ANZOLESE
Lunedì 8	Camminata delle Spighe	8 - 4 Ludico Motoria	19,00	Centro Festa -Le Budrie di San Giovanni in Persiceto (BO) Tel. 333.8506123 ASD. BOLOGNA ZOCCA
Domenica 14	3° Camm. G. M. Donatore di sangue	5 Ludico Motoria	20,00	Centro Sportivo via Agucchi 121/18 gnarrojetmattei@gmail.com Tel. 392.2959989 GNARRO JET MATTEI - PONTELUNGO - CORRI CON NOI
Domenica 14	31ª Camminata del Postino	18 - 11 - 3 Ludico Motoria	8,30	Parco Peppino Impastato - Marzabotto (BO) C.STAFF.POD. 02 AGOSTO 1980 Tel. 348.3109680 051-796117 loris.venturi@libero.it
Giovedì 18	Marcia Lenta e Marcia Lesta	7 - 3 - 1,5 Ludico Motoria	19,00	Centro A. Tonelli Via Galletta 42 Le Mura di San Carlo San Lazzaro di Savena Tel. 051-6252302 CENTRO SOCIALE ANNALENA TONELLI centerotonelli@libero.it
Domenica 21	44ª Camminata Anno 1000	13,5 - 6 - 2,5 Ludico Motoria	8,30	Via Abbazia - Monteveglio (BO) Tel 346.7407535 G.P. MONTEVEGLIO cavigna15@gmail.com
Domenica 28	Camminata di Monte Sole	13 - 7 - 3 Ludico Motoria	8,45	Piazza del paese di Vado (BO) Tel. 051-6779812 ASD BO-ZO PUB. ASS. VADO
Domenica 28	18ª CamminatAvis	10 - 7 - 3 Ludico Motoria 7 - 10 Nordic Walking	8,30 8,40	Parco Ginepreto - Pianoro (BO) prolocoavispianoro@alice.it Tel. 338.7512138 349.0720871 PROLOCO AVIS PIANORO

Aiuta gli organizzatori, parti in orario

LUGLIO 2020

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza – Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Giovedì 2	Lungo il fiume Reno	7,5 - 3 Ludico Motoria	19,30	Trebbio di Reno Tel. 333.8506123 ASD BO ZOCCA
Domenica 5	44ª Berzantina	12,4 - 8 - 1,5 Ludico Motoria Competitiva 12,4	8,30 9,00	Castel di Casio - a 200 mt. Stazione di Poretta località Berzantina (BO) Tel. 348.3210554 RUNNER MARATONETI BERZANTINA rmberzantina@gmail.com maurizio.elementi1951@gmail.com
Lunedì 6	Otto del Passero - Death Valley 17ª edizione 5ª Staffetta Otto del Passero	8 - 5 - 3 Ludico Motoria 1,080 Staf. Competitiva	19,45 21,15	Centro Sportivo Ca' de Fabbri - Via Ronchi Inferiore 48/a - Ca' de Fabbri (Minerbio) Tel. 339.4810371 I SSSIAN isssian@gmail.com
Sabato 11	Camminata festa dello sport	10 - 5 Ludico Motoria	18,00	Castelletto - Valsamoggia Tel. 346.2372301 POL. M. S. PIETRO
Domenica 12	Camminata di Montevenere	12 - 7 - 2,5 Ludico Motoria	8,30	P.zza Salvo D'Acquisto - Monzuno (BO) Tel. 347.4214784 info@prolocomonzuno.it PROLOCO MONZUNO
Domenica 12	Medicipolla	12 - 7 - 3 Ludico Motoria	8,30	Centro Sportivo G.Bulgarelli - Medicina (BO) Tel. 333.5613663 Fax 051-6330376 maurotinarelli@virgilio.it C.STAFF.POD. 02 AGOSTO
Domenica 19	Camminata per un Amico	10 - 5 - 2 Ludico Motoria	8,45	Piazza Comune - Savigno (BO) Tel. 333.8506123 PROLOCO SAVIGNO ASD BO-ZO
Domenica 26	La camminata di Bevilacqua	10 - 8 - 4 Ludico Motoria	8,30	Bevilacqua frazione di Crevalcore BO Tel. 333.2666985 bimbilacqua@gmail.com AS. BIMBILACQUA ONLUS
Domenica 26	Giro dei due Castelli	10 - 6 Ludico Motoria	9,00	Impianti Sportivi Rocca di Roffeno Tel. 334.1496288 PROLOCO ROCCA ROFFENO ASD BO-ZO



Calendario 2020

AGOSTO 2020

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza – Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Domenica 2	46ª Camminata per ricordare chiude a 600	11 - 4 Ludico Motoria	9,00	Stazione F.S. di San Benedetto Val di Sambro (BO) Tel. 338.4903527 vandelli.paolo@libero.it D.L.F. BOLOGNA
Domenica 2	40ª Baragazzina	18 - 7 Ludico Motoria	9,00	Centro Sportivo di Baragazza località Bronia Castiglione dei Pepoli Tel.347.0641783 335.394982 vito.attrotto@libero.it C.S.I. CASALECCHIO ASD BARAGAZZA
Domenica 9	Camminata Parco dei Cavaioni	9 - 5 Ludico Motoria	8,30	Piazzale del Parco Cavaioni Bologna Tel 333.8506123 ASD BOLOGNA ZOCCA
Sabato 15	46ª Camminata di Baigno	10,350 - 3 Ludico Motoria Competitiva 10,350	9,05 9,00	Piazza di Baigno di Camugnano (BO) sguisti91@hotmail.it Tel. 338.7064521 PROLOCO DI BAIGNO (LANDUZZI PONTELUNGO)
Domenica 16	Camminata Parco del Paleotto	7 - 4 Ludico Motoria	8,30	Parcheeggio parco Paleotto - Rastignano (BO) Tel 333.8506123 ASD BOLOGNA ZOCCA
Domenica 23	28ª Camminata degli Alpini	13,340 - 7,900 - 3,400 Ludico Motoria	8,30	Sede degli Alpini - Via Collegio di Spagna, 27 - Ozzano dell'Emilia (BO) Tel 331.8984175 POD. OZZANESE
Domenica 23	5 Passi in Val Carlina	8 - 3 Ludico Motoria Competitiva 18,5	9,00 9,00	Lizzano in Belvedere (BO) RUNNERS MARATONETI BERZANTINA Tel. 347.2393667 info@5passiinvalcarlina.it
Venerdì 28	Camminata Festa d'estate	7,5 - 2 Ludico Motoria	19,00	Piazzale della Parrocchia di Pieve di Budrio (BO) Fax 051-784374 349.7433984 349.2532642 ATLETICA CASTENASO
Domenica 30	Centopassi	11.3 - 6.8 - 3.8 Ludico Motoria Competitiva 11,3	9,00 9,05	White Park di Cento di Ferrara (FE) filippini@alice.it Tel 051-902710 334.5769994 POL. CENTESE

Durante le manifestazioni rispetta il codice della strada

SETTEMBRE 2020

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza – Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Giovedì 3	Camminata Badia in Festa	7 - 3 Ludico Motoria	18,45	Piazzale della Chiesa di Santa Maria In Strada Badia Anzola (BO) Tel. 333.8506123 COMITATO SAGRA ASD BO-ZO
Venerdì 4	24ª Cam. Sagra paesana di Lovoletto	7.3 - 4.7 - 2.5 Ludico Motoria	18,30	Chiesa di Lovoletto Lovoletto BO Tel. 328.6645180 G.P. AMICI valeria.golinelli@libero.it
Domenica 6	Camminata dei 4 Campanili	11,5 - 8 - 3 Ludico Motoria	9,00	Scuola Elementare di Calderino di Monte San Pietro (BO) Tel. 346.2372301 POL. MONTE S. PIETRO paoloqibbo@libero.it
Sabato 12	Per le colline di Moglio 10ª Memorial Don Franco	8 - 5 - 3 Ludico Motoria	16,30	Via Moglio 20 Parrocchia Borgonuovo di Sasso Marconi Tel. 345.8952293 Fax. 051-576150 C.S.I. SASSO MARCONI
Domenica 13	Camminata di Argelato	10 - 6 - 2 Ludico Motoria	08,30	Parco Villa Beatrice - Argelato (BO) Tel. 333.8506123 ASD BOLOGNA ZOCCA
Sabato 19	6ª Camminata Don Ma	8 Ludico Motoria Competitiva 3-8	17,30 16,45	Via Selva - Selva Malvezzi di Molinella (BO) Tel. 338.8469828 G.P. ATL. MOLINELLA lavallazza@gmail.com
Sabato 19	Ripoli Trail-Coppa Lilt chiude a 250	6 - 10 Ludico Motoria 17 competitiva	15.00/15.30 16.30	Ripoli S. Cristina frazione di San Benedetto Val di Sambro Tel. 338.8787451 lamberto.vacchi@alice.it POL. TRE VALLI
Domenica 20	Maratonina del Pesco Du Pass Par San Zvan	30 - 20 - 16 - 11 9 - 3 Ludico Motoria	9,00	Palazzetto del Pattinaggio - Via Muzzinello - S.Giovanni in Persiceto (BO) Tel 051-824905 ASD PERSICETANA PODISTICA ellepirrettfiche@libero.it
Domenica 27	Camminata dall'Eremo ai Gessi	12,5 - 7 - 3 Ludico Motoria	9,00	Viale della Libertà zona centro sportivo Ceretolo (BO) Tel 051-563784 347.0641783 POL. C.S.I. CASALECCHIO vito.attrotto@libero.it
Domenica 27	Ecomaratonina di MonteSole	10 - 7 - 2 Ludico Motoria Comp. 10/21.097 42.195	9,00 9.30/9.15 9,00	Centro Sportivo Riveggio Tel. 347.7856602 Fax 051-6815033 info@ecomontesole.com CIRCOLO P. SAN FILIPPO NERI

Calendario 2020



OTTOBRE 2020

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza – Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Sabato 3	42ª Camminata Marconiana	6,5 - 3 Ludico Motoria	16,00	Chiesa di Pontecchio Marconi Tel. 324.8912029 334.1648781 CSI SASSO MARCONI atletica@csisassomarconi.it
Domenica 4	Camminata Campagnola	13 - 8 - 3 Ludico Motoria	8,30/9,00	Centro paese di Longara G.P. LONGARA Tel. 334.2192295 340.3408571 051-3547493 gplongara@gmail.com
Domenica 4	20° Memorial Spiga Gorenzi	10,5 - 6 - 2,5 Ludico Motoria	9,00	Parco Ca' Bura Corticella Tel. 348.3109680 loris.venturi@libero.it C.STAFF.POD. 02 AGOSTO
Sabato 10	22° Du Pas Par Pianor	9- 4,5 - 2,5 Ludico Motoria 9 Nordic Walking	16,00 16,05	Parco del Ginepreto Pianoro prolocoavisplanoro@alice.it Tel. 338.7512138 PROLOCO AVIS PIANORO
Domenica 11	41' Trotterellata	15,1 - 12,5 - 6,5 - 2,5 Ludico Motoria	9,00	Centro PalaSala – Sala Bolognese Via Gramsci, 50/a monica.bernardini1@tin.it Tel. 051-6814397 339.8681271 G.P. AVIS SALA BOLOGNESE
Martedì 13	Staffetta Podistica per le vittime della uno bianca	52		Caste Maggiore (cippo dove furono uccisi i 2 carabinieri) Tel. 333.6504995 347.3084198 G.S. POLISPORTIVA PROGRESSO
Sabato 17	Camminata in rosa	10 - 5 Ludico Motoria	16,00	Castelletto Valsamoggia Tel. 346.2372301 POL. MONTE SAN PIETRO
Domenica 18	Camminata la Caldarosta	11 - 7 - 3 Ludico Motoria	9,00	Campo Sportivo di Montepastore Tel. 339.5262717 POL. MONTE SAN PIETRO
Domenica 18	Fira di Sdazz CHIUDE A 1000	13 - 7 - 3,5 Ludico Motoria	9,00	Stadio Renato Bottazzi di Baricella Tel. 338.2746256 NUOVA CASBAH atletica.baricella@tiscali.it
Domenica 25	Ghost Run la corsa che non c'è	7 Ludico Motoria	2,00	Parco del Ginepreto Pianoro BO Tel. 338.7512138 349.0720871 prolocoavisplanoro@alice.it PROLOCO AVIS PIANORO
Domenica 25	Du Pas Par Calderara XIII Maratonina di Calderara	12 - 7 - 3 Ludico Motoria Competitiva 21,097	9 9,30	Centro Sportivo Pederzini - Via Garibaldi, 6 - Calderara di Reno Tel. 339.3419348 POD. LIPPO CALDERARA presidente@upcalderara.com

NOVEMBRE 2020

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza – Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Domenica 1	42ª La Vallazza	16 - 12 - 6,8 Ludico Motoria Competitiva 16	8,45 10,00	Parco La Torretta - Via Mazzini, 82 - Molinella (BO) Tel. 338.8469828 G.P. ATLETICA MOLINELLA lavallazza@gmail.com
Domenica 8	Camminata delle Città'	10 - 6 - 2 Ludico Motoria	9,00	Circolo Benassi Viale Sergio Cavina 4 Bologna Tel. 335.6890187 Francesco Perri SAN RAFEL fperri50@gmail.com
Domenica 15	8ª Camminata Memorial Massimo Miccoli	14 - 7 - 3 Ludico Motoria Competitiva 14	9,00 9,30	Palamezzolara - Via Lumaca, 2 - Mezzolara di Budrio (BO) Tel. 051-805484 347.4526782 SSDRL CINQUE CERCHI
Domenica 22	S. Giorgio Ten	10 - 3 Ludico Motoria	9,00	Piazzale Coop Reno S. Giorgio di Piano BO Tel. 339.7185822 quasiatletisangiorgio@gmail.com QUASI ATLETI SAN GIORGIO
Domenica 29	8ª Cinque Fossi Run & Walk Sherwin-williams 10k	14 - 12,5 - 7,7 - 5,7 - 3 Ludico Motoria Competitiva 10	9,00 10,00	Via Roma Piazza Cesare Battisti - Minerbio (BO) Tel. 339.4810371 issian@gmail.com I SSIAN RUN & WALK

DICEMBRE 2020

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza – Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Domenica 6	21ª Camminata del G.J.M. 4ª Trofeo Via Larga	12 - 7 - 3 Ludico Motoria Competitiva 12	8,30 9,00	Centro Comm. Via Larga Bologna Tel. 392.2959989 ASD ATL. GNARRO JET MATTEI gnarrojetmattei@gmail.com
Martedì 8	45ª Camminata di San Luca	9 - 4 Ludico Motoria	9,00	Piazza della Pace zona Stadio - Bologna atletica@csibologna.it Fax 051-406578 Tel. 051-405318 347.8485714 CSI BOLOGNA
Domenica 13	Natalizia Lungo il Reno	10,5 - 7 - 3 Ludico Motoria	9,00	Via Allende Centro Sociale Amici Dell' Acquedotto - Casalecchio di Reno (BO) Tel 051-563784 347.0641783 C.S.I. CASALECCHIO vito.attrotto@libero.it
Domenica 20	41ª Corrida del Progresso	13 - 7 - 2,8 Ludico Motoria Competitiva 21,097	9,00 9,30	Centro Sportivo di Via Lirene - Castel Maggiore (BO) info@gruppopodisticoprogresso.it Tel. 347.3084198 G.P. POL. PROGRESSO
Sabato 26	54ª Podistica di S. Stefano	11 - 8 - 4 Ludico Motoria Competitiva adulti 8	9,00 9,15	Piazza 2 Agosto 1980 - Sant'Agata Bolognese (BO) vincenzozambelli52@gmail.com Tel 349.0569918 Fax 051-957901 A.S.D. SOC. VICTORIA
Domenica 27	Camminata Villa Bernaroli	8 - 5 - 3 Ludico Motoria	9,00	Centro Sociale Villa Bernaroli Borgo Panigale BO Tel. 333.8506123 ASD BO - ZOCCA