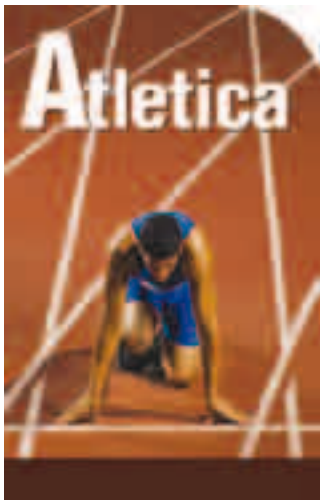




Paolo Di Basilio

ARRONE - Un percorso piatto, veloce e suggestivo. Dieci chilometri di corsa costeggiando, quasi per l'intero il fiume nera. E' in programma domani mattina ad Arrone il Trofeo della Torre. La manifestazione, giunta alla ventesima edizione, è organizzata dalla Podistica Carsulac. La corsa è valida come seconda prova del circuito Umbria Tour, la graduatoria organizzata dal Crupe ossia il comitato che raggruppa le società podistiche che aderiscono agli Enti di promozione sportiva.

Il programma Il ritrovo è in programma dalle 8,30 in poi. I giudici del gruppo Uisp/Crupe, come quasi tutte le domeniche, ultimeranno le operazioni per la partenza che è fissata alle ore 10.

Il percorso Come già accennato si tratta di un percorso abbastanza piatto in uno scenario naturalistico molto suggestivo. Gli atleti completeranno

Podismo Domani mattina la classica di 10 chilometri ad Arrone

Ecco il trofeo della Torre

La manifestazione è giunta alla ventesima edizione

GLI ULTIMI VINCITORI			
2002		2006	
Roberto Sacchi	33.30	Pier Giorgio Conti	33.23
Annamaria Bolli	39.57	Maria Cristina Draoli	43.51
2003		2007	
Gianfranco Falaschi	32.41	Leonardo Bordoni	33.15
Rosa Berni	41.08	Rosa Berni	41.55
2004		2008	
Roberto Sacchi	33.22	Marco Favorito	33.36
Cristina Marzoni	39.42	Paola Ostili	40.31
2005		2009	
Cherkaoui El Makhrouf	32.22	Marco Favorito	34.28
Maria Cristina Draoli	43.03	Elisa Crisantemi	40.03



A Strozzacapponi

Su il sipario per il trofeo Arcs

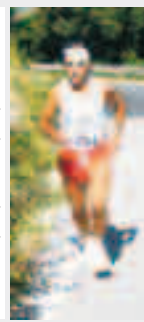
PERUGIA (*pdb*) - E' in programma questo pomeriggio la prima giornata del Trofeo Arcs 2010. Dalle 15 in poi presso l'impianto di Strozzacapponi della Libertas Arcs Perugia sono in programma le prove di salti e quelle di velocità per Esordienti, Ragazzi/e, Cadetti/e, Allieve/e, Juniores, Promesse, Senior e Master. Nel programma 50 metri, salto in lungo, salto in alto, 60 metri, 80 metri, 100 metri. Alle 18.45 sono previste le premiazioni. La seconda giornata del trofeo - dedicata agli Ostacoli e ai Lanci - si svolgerà il prossimo 5 giugno.

una sorta di circuito che misura 10 chilometri giusti giusti. Insomma la gara può essere utilizzata anche per un test sui dieci chilometri per podisti che stanno affinando la preparazione. Dopo un primo tratto di saliscendi si costeggerà il fiume nera e la strada sarà sempre piatta. Se non ci si metterà di mezzo il maltempo ci si possono aspettare buone andature. Certo, molto dipenderà da chi si iscriverà alla corsa. tuttavia il percorso è abbastanza veloce. Negli ultimi anni la corsa più veloce porta la firma del marocchino Cherkoui El Makhrouf - 32.22 nel 2005 - mentre la donna più veloce è stata Cristina Marzoni nel 2004 che ha chiuso in 39.42.

I protagonisti Sono attesi i big della corsa di Terni. Quasi certa la presenza del vincitore dello scorso anno Marco Favorito oppure quella del marocchino del Gs Monti Saqi. Tra le donne occhio alla vincitrice della scorsa edizione Elisa Crisantemi della Runners Sangemini.

Podismo Questo pomeriggio la Straeggi Tutti di corsa lungo le strade del frantoio del Poggiolo

Gli ultimi VINCITORI		2007	
		Marco Favorito	21.09
		Maria Cristina Draoli	26.09
2005		2008	
Pier Giorgio Conti	24.07	Lucio Vegliò	22.22
Maria Cristina Draoli	32.26	Irene Capolutti	31.20
2006		2009	
Cesare Montioni	21.46	Pier Giorgio Conti	21.07
Irene Capolutti	28.16	Marta Scribano	26.59



SPOLETO (*pdb*) - E' una vera e propria festa di corsa. E' in programma questo pomeriggio alle 17 la sesta edizione della "Straeggi", corsa podistica organizzata dalla Satrini Group Trevi e dal frantoio del Poggiolo della Monini.

Il programma Il ritrovo è alle 16 presso il frantoio del Poggiolo ad Eggi, la frazione di Spoleto. Lì si svolgeranno tutte le operazioni preliminari e la verifica delle tessere. Una volta indossati i pettorali i podisti e le podiste - il record è di 70 unità raggiunto nel 2007 - saranno pronti per partire.

Il percorso Lo start verrà dato al centro del paese. I podisti affronteranno una sorta di circuito lungo poco più di 3.000 metri per un totale di quasi 7 chilometri. Ci sono solo un paio di strappetti in salita all'interno dell'azienda del frantoio.

I protagonisti Sono annunciati gli specialisti umbri di queste corse "corte" come Cesare Montioni e, forse, Marco Favorito. Tra le donne l'ultima vincitrice è stata Marta Scribano.

In breve

Ilaria Galli marcia a Pistoia

PERUGIA - Ilaria Galli sarà tra le protagoniste del terzo Meeting di Atletica di Pistoia. L'atleta orvietana del Cus Perugia affronterà la gara dei 3 chilometri di marcia. In gara anche il master dell'Athlon Bastia Antonio Rossi dell'Athlon Bastia nei 100 e 200 metri.

A Bastia Umbra il memorial Fausti

BASTIA UMBRA - Domani si svolgerà a Bastia Umbra, in località XXV Aprile, all'interno dell'area verde del parco fluviale del fiume Chiascio, la 11esima edizione del Cross Country "Memorial Domenico Fausti", gara di corsa campestre dedicata ai giovani e giovanissimi, organizzata dall'Aspa Bastia.

Giochi Studenteschi La fase provinciale di Terni su pista. Tra le donne in trionfo il Majorana di Orvieto

L'Istituto Cesi sale sul gradino più alto del podio

TERNI (*pdb*) - Si sono disputate giovedì al campo scuola Casagrande le fasi provinciali dei Giochi studenteschi di atletica su pista per le scuole di secondo grado. Tra i ragazzi trionfa l'Istituto Cesi/Casagrande mentre tra le allieve a salire sul gradino più alto del podio è il Majorana di Orvieto.

Maschile ALLIEVI 100 m: 1) Nicolò Cascianelli 11.4, 2) Alessio Falchi 12.1, 3) Giacomo Puppola 12.3. **110 hs:** 1) Alessandro Scatolini 18.4, 2) Riccardo Di Spirito 19.2, 3) Elia Di Maio 19.3. **300 m:** 1) Vincenzo Di Maro 41.3, 2) Gianluca Primieri 41.4. **1000 m:** 1) Gianluca Ciani 2:50.0, 2) Bernardo Ciricofolo 3:00.0, 3) Francescomaria Baldelli 3:00.0. **Salto in alto:** 1) Leonardo Fabbretti 1.65, 2) Michele Viali 1.50, Saverio Terracina 1.50. **Salto in lungo:** 1) Michele Racchi 4.86, 2) Riccardo Venturini 4.78, 3) Francesco Spagnoli 4.72. **Salto in lungo:** 1) Michele Racchi 4.86, 2) Riccardo Venturini 4.78, 3) Francesco Spagnoli 4.72. **Peso:** 1) Francesco Giorgini 11.81, 2) Giorgio Rossi

10.12, 3) Luca Pollini 9.91. **Disco:** 1) Eugenio Orlluk 26.96, 2) Alexandru Jonut Popescu 24.86, 3) Giacomo Cerone 24.23. **4x100:** 1) Cesi/Casagrande 49.8, 2) Galilei Terni 50.2, 3) Majorana Orvieto 50.3. **Scuole:** 1) Cesi/Casagrande, 2) Majorana Orvieto, 3) IISTP Orvieto. **JUNIOR 100 m:** 1) David Dainelli 11.2, 2) Federico Ubaldi 11.6, 3) Francesco Giovannini 13.5. **110 hs:** 1) Salvatore Farro 20.1, 2) Michele Pasquantonio 20.6, 3) Radu Torz 21.7. **110 hs:** 1) Hanraj Saini 39.8, 2) Mattia Piantoni 48.8, 3) Lorenzo Attili 43.3. **1000 m:** 1) Timur Nizamov 2:39.0, 2) Hanraj Saini 3:17.0, 3) Renato Curini 3:25.0. **Salto in alto:** 1) Federico Giubilei 1.75, 2) Adriaui Borse 1.70. **Salto in lungo:** 1) Wolfango Monari 6.22, 2) Aurel Gjoni 5.77, 3) Jacopo Isidori 4.99. **Peso:** 1) Marco Trenta 10.92, 2) Corrado Fiorini 10.86, 2) Damiano Petracca 10.43. **Disco:** 1) Andrea Zucchini 41.22, 2) Riccardo Conti 24.65, 3) Emanuele Pani. **4x100:** 1) Geometri 47.3, 2) Itis-Ipsia 47.7, 3) Cesi/Casagrande 49.8.

Femminile ALLIEVE 100 m: 1) Marianna Varriale 14.2, 2) Rita Ciferri 14.3, 3) Lucia Marcello 16.1. **110 hs:** 1) Alessandra Ros Zaccardi 18.6, 2) Sofia Marotta 21.2, 3) Valentina Pace 21.6. **300 m:** 1) Deborah Marcelli 43.5, 2) Irene Giorgio 50.3, 3) Vanessa Proietti 55.9. **1000 m:** 1) Sara Angelozzi 4:02.9, 2) Jessica Proietti 4:38.3, 3) Claudia Bobbi 5:34.9. **Salto in alto:** 1) Joana Gandola 1.40, 2) Francesca Salvati 1.10, 3) Michela Santamaria 1.00. **Peso:** 1) Elisa Stampachiaccchere 12.16, 2) Veronica Sian 8.78, 3) Sara Maggiorana 7.74. **Disco:** 1) Jessica Federico 25.40, 2) Claudia Farnetti 16.10, 3) Virginia Agulli 10.54. **4x100:** 1) Majorana Orvieto 56.2, 2) Cesi Casagrande 58.9, 3) Geometri Terni 59.7. **Scuole:** 1) Majorana Orvieto, 2) Cesi Casagrande, 3) Geometri Terni. **JUNIORES 100 m:** 1) Jolen Romani 15.7. **100 hs:** 1) Irina Kovalenko 15.9. **300 m:** 1) Claudia Deleliu 54.6. **Salto in lungo:** 1) Michela Cervelli 3.48. **Peso:** 1) Celeste Camilli 9.45. **Disco:** 1) Chiara Russiello 17.43.

Vota il Campione

REFERENDUM DEL CALCIO E DEGLI SPORT UMBRI

Categorie (da indicare con una X)

- ☐ Calcio
- ☐ Calcio a 5
- ☐ Basket
- ☐ Volley
- ☐ Ciclismo
- ☐ Atletica
- ☐ Sport da combattimento
- ☐ Altri sport
- ☐ Under 18 (talento sportivo)

IL MIO CAMPIONE E'

COGNOME _____

NOME _____

SQUADRA APPARTENENZA _____

CORRIERE DELL'UMBRIA

I TAGLIANDI VANNO SPEDITI O CONSEGNATI A MANO A
CORRIERE DELL'UMBRIA
VIA PIEVAIOLA 166 F-2 - PERUGIA

TERNI - Piazza del Mercato, 8
 FOLIGNO - Via Oberdan 16
 SPOLETO - Via Nuova, 1
 CITTA' DI CASTELLO - Piazza Fanti, 8

In una busta possono essere inseriti più tagliandi. Sono validi solo quelli originali - non sono ammessi fotocopie o invii a mezzo fax

Il referendum ha una durata di 14 settimane: parte lunedì 1 febbraio e si chiude venerdì 30 aprile. Prevede tre fasi di votazioni (la prima dal 1 febbraio al 14 marzo, la seconda dal 15 marzo al 18 aprile, la terza dal 19 al 30 aprile). La prima fase prevede la votazione da parte dei lettori di tutti gli sportivi tesserati in Umbria. Al termine di questa verranno resi noti i cinque più votati di ciascuna delle nove categorie. Questi 45 sportivi parteciperanno alla seconda fase che prevede ogni settimana l'eliminazione degli ultimi classificati di ogni categoria fino ad arrivare ai 9 più votati che disputeranno la finalissima per il titolo di supercampione