



Anno XXIII – N° 3/4  
30 Aprile 2016

Stradafacendo  
ONLUS



## BOLLETTINO LAGOS

*Foglio mensile di informazione sportiva a cura del Comitato di Redazione  
della Associazione Sportiva Dilettantistica Atletica L.A.G.O.S. dei Marsi  
Sito internet: [www.atleticalagos.it](http://www.atleticalagos.it)*



Ricordando che lo scorso Martedì 22 Marzo ricorrerà il 18 anniversario della scomparsa dell'amico Angelo PANFILI, introduciamo questo numero di Bollettino con il resoconto che il fratello Valerio, neo-Presidente LAGOS, ha fatto della Campestre di Avezzano di Domenica 6 Marzo (vedi anche foto in copertina iniziale):

### ***“Ad Avezzano per la campestre***

*Pronti come da copione, ieri mattina in tenuta atletica siamo partiti verso la 1° campestre di Avezzano, 4° prova del Grand Prix Marsica 2016 organizzata dalla Usa Runners Avezzano. Il tempo è stato clemente, fortunatamente, e anche dopo la pioggia del sabato il terreno era leggermente appesantito ma tuttavia percorribile con facilità. Due batterie di partenza, donne e M60 in prima battuta con 4 giri del percorso (un giro di circa 1.4 km) e a seguire tutte le altre categorie maschili con 5 giri. Il percorso ben ideato vedeva tre leggere salite, che hanno reso più duro del previsto il circuito.*

*Per le donne, la prima è Luzi Alessandra, F35 Mezzofondo Club Ascoli con il tempo di 24'48”; seconda D'Alessandro Monia, F40 Magic Runners Tagliacozzo con il tempo di 25'01” e terza Trucchio Rosalba, F45 USA Runners Avezzano con il tempo di 25'08”. In questa batteria c'erano due pilastri L.a.g.o.s.: Barile Antonio, M65 Atletica Lagos dei Marsi con il tempo di 28'49” e Zarini Ermanno, M70 Atletica Lagos dei Marsi con il tempo di 38'23”.*

*Ecco invece i primi tre maschili, dove il livello era molto alto. 1° Lamiri Mohammed, M40 Plus Ultra con il tempo di 23'40” – 2° Petrei Antonello, M40 USA Runners Avezzano con il tempo di 23'47” e 3° Caporale Domenico, M50 Runners Chieti con il tempo di 23'59”. Altri due atleti L.a.g.o.s. all'arrivo con Panfili Valerio, M35 Atletica Lagos dei Marsi con il tempo di 34'13” e Aureli Fabrizio, M45 Atletica Lagos dei Marsi con il tempo di 38'00”.*

Questi i tesserati che, nel 2016, cambiano categoria e relativo coefficiente correttivo, per il calcolo della media compensata:

1. Federico ALFONSI, da MM35 a MM40, da 0,98 a 0,95;
2. Barbara BONDI, da MF40 a MF45, da 0,95 a 0,92;
3. Paolo LONGO, da MM50 a MM55, da 0,88 a 0,84;
4. Letizia CIMINO, da MF55 a MF60, da 0,84 a 0,80.

Erroneamente, nella classifica di Febbraio, era stato attribuito a COSENTINO il punteggio di 7 punti, invece di 21: errata corregge, sia nella stesura su internet, sia nella classifica del mese precedente del bollettino attuale.

La “Corriamo insieme per l'ACORP”, tradizionale campestre di 6 km, organizzata per beneficenza dall'amico Antonio DE CARVALHO, prevista a Roma, Villa Pamphilj Sabato 4 Giugno, NON AVRÀ LUOGO: non ci è dato di sapere, al momento, le cause del forfait.

I podisti hanno un nuovo importante alleato: Mark Zuckerberg, il fondatore di Facebook. In allegato, un articolo dal titolo: "Staccatevi dal monitor e correte". La crociata di Zuckerberg per il running, nel quale questo personaggio, ormai di risonanza mondiale, spiega la sua recente propensione verso questo sport.

Il Rugby è uno sport molto sano, che, oltretutto, ha una forte tradizione in Abruzzo. In allegato la sua storia di questa disciplina.

### **Rubrica degli auguri.**

Nel mese di Aprile la LAGOS festeggia molti compleanni: in particolare quello del "più giovane tesserato", Ermanno ZARINI, che Domenica 3 Aprile taglierà il traguardo dei "74". Proseguiamo: Sabato 2: Tania LA VITA e Claudio CONSOLATI; Alfredo MARCOCCIO, Martedì 12; Radouane SABRI, Martedì 13; Paolo DELFINO Giovedì 14; Davide CASATI, Domenica 17; Fabio GIANCARLI per Martedì 20 e Sandro BUCCELLA, Mercoledì 27: una vera "infornata" ! Ricordiamo anche un altro ex "vecchio tesserato" (ora convertito al calcio), Simone PROIETTI, classe 1998, che martedì 26 diventerà maggiorenne arrivando ai "mitici 18 anni" !

### **Resoconto gare mese di Marzo.**

#### **Domenica 6**

4- **Avezzano: 1<sup>a</sup> Campestre Avezzanese, prova del GPM '16:** sul percorso di 5,440 km, abbiamo: BARILE in 28' 49", M 5' 17"/km, comp. 4' 01"/km (3+2+2 = 7) e ZARINI in 38' 23", 3° ctg, M 7' 03"/km comp. 5' 04"/km (3+2+1+1 = 7).

Sui 6,800 km: PANFILI V. in 34' 13", M 5' 02"/km, comp. 4' 55"/km (3+2+1,5 = 6,5); AURELI F. in 38' 00", M 5' 35"/km, comp. 5' 08"/km (3+2+1 = 6).

1- **Ladispoli (RM): Corriamo nei Giardini**, di 10 km. È il "solitario" VIOLA che ci onora, come ogni anno, in questa manifestazione in 45' 08", M 4' 31"/km, comp. 3' 36"/km (3+0,5+2,5 = 6).

4 **Domenica 13 - Roma-Ostia**, di 21,097 km. A questo partecipatissimo appuntamento, diamo un contributo anche noi con tre LAGOS: BONVINI in 1h 36' 03", M 4' 24"/km, comp. 3' 52"/km (3+5+2,5 = 10,5); VIOLA in 1h 43' 16", M 4' 53"/km, comp. 3' 54"/km (3+5+2,5 = 10,5); BARILE in 1h 47' 48", M 5' 06"/km, comp. 3' 53"/km (3+3+5+2,5 = 13,5). COSENTINO corre, non ufficialmente, in 1h 51' 10", M 5' 16"/km, comp. 4' 38" (3+5+1,5 = 9,5).

1 **Domenica 20 - Rieti: Lunghissimo di Rieti**, di 34 km. Ancora COSENTINO in 3h 17' 40", M 5' 48"/km comp. 5' 06"/km (3+2+8+1 = 13).

1 **Sabato 26 - Roma, Parco della Caffarella: Cross della Caffarella**, di 7,2 km. La "grande" Antonella AURELI ci onora a questa gara a cui la LAGOS non è abituata a mancare: 42' 09", M 5' 51"/km, comp. 5' 33"/km (3+0,5 = 3,5).

### **Classifiche sociali mese di Marzo.**

A Marzo, gli atleti complessivamente in classifica salgono a 14, con due esordi stagionali: Fabrizio AURELI e Luciano VIOLA. Complessivamente 11 presenze in 5 manifestazioni.

Stefano BONVINI ribadisce il primato a punti, condividendolo a presenze con Antonio BARILE e Diego COSENTINO. Lieve progresso in classifica per Valerio PANFILI.

## Classifica a punti.

Classifica sociale	Punti	Pos.	Prec.	Classifica sociale	Punti	Pos.	Prec.
1° BONVINI	52,5	1°	- 42	8° PICCIRILLI	18,5	7°	- 18,5
2° COSENTINO	43,5	5°	- 22,5	9° PANFILI V.	18	10°	- 11,5
3° BARILE A.	40,5	6°	- 20	10° GALLOTTI	16,5	8°	- 16,5
4° PANFILI M.	40	2°	- 40	11° BARANZINI	16	9°	- 16
5° PENTA	31,5	3°	- 31,5	12° AURELI A.	14,5	11°	- 11
6° ZAMBOTTI	30	4°	- 30	13° ZARINI	12	12°	- 5
7° VIOLA	20,5	-	- -	14° AURELI F.	6	-	- -
				<b>TOTALE</b>	<b>367</b>		<b>270</b>

## Classifica per presenze.

Classifica	Presenze	Pos.	Prec.	Classifica	Presenze	Pos.	Prec.
1° BARILE A.	5	2°	- 3	7° VIOLA	2	-	- -
1° BONVINI	5	1°	- 4	7° ZARINI	2	7°	- 1
1° COSENTINO	5	2°	- 3	10° AURELI F.	1	-	- -
4° AURELI A.	3	6°	- 2	10° BARANZINI	1	7°	- 1
4° PENTA	3	2°	- 3	10° GALLOTTI	1	7°	- 1
4° PICCIRILLI	3	2°	- 3	10° PANFILI M.	1	7°	- 1
7° PANFILI V.	2	7°	- 1	10° ZAMBOTTI	1	7°	- 1
				<b>TOTALE</b>	<b>35</b>		<b>24</b>

## Rubrica degli auguri.

Nel mese di Maggio, i nostri auguri sono indirizzati a: Nadia SPERONIERO per Martedì 10, Bruno SANTOLAMAZZA per Venerdì 13, Carlo DI VINCENZO che compirà gli anni Martedì 17 e Massimiliano CIGNITTI per Mercoledì 25.

## Resoconto gare mese di Aprile.

**2Domenica 3 – Ciampino (Rm): Vola Ciampino**, di 10 km. Coppia "inossidabile": BONVINI in 43' 44", M 4' 22"/km, comp. 3' 50"/km (3+0,5+2,5 = 6); VIOLA in 45' 35", M 4' 33"/km, comp. 3' 38"/km (3+0,5+2,5 = 6).

**5Domenica 10 – Maratona di Roma**, di 42,195 km, e **Stracittadina Fun Run**, di 5 km. Nella Stracittadina, lo "storico" ZARINI non manca la presenza (2+3 = 5).

Nella "42" abbiamo, nell'ordine:

1. PENTA in 3h 31' 30", M 5' 00"/km, comp. 4' 00"/km (3+10+2,5 = 15,5);

2. VIOLA in 3h 52' 53", M 5' 31"/km, comp. 4' 24"/km (3+10+2 = 15);

3. BARILE in 4h 03' 30", M 5' 46"/km, comp. 4' 23"/km (3+3+10+2 = 18);

4. COSENTINO in 4h 40' 30", M 6' 38"/km, comp. 5' 50"/km (3+10+0,5 = 13,5).

### Domenica 17

**6– Roma, Terme di Caracalla: 18ª edizione della Amway Appia Run**. Nella 13 km competitiva abbiamo: BONVINI in 56' 08", M 4' 19"/m, comp. 3' 47"/km (3+1+2,5 = 6,5); PANFILI V. in 1h 08' 14", M 5' 14"/km, comp. 5' 08"/km (3+3+1+1 = 8); PICCIRILLI in 1h 10' 29", M 5' 25"/km, comp. 5' 09"/km (3+1+1 = 5); CIMINO, all'esordio stagionale, in 1h 23' 28", M 6' 25"/km, comp. 5' 23"/km (3+1+1 = 5); VIOLA in 1h 27' 56", M 6' 45"/km, comp. 5' 24"/km (3+1+1 = 5). Nella 4 km N. C. "ritorna" LONGO (2).

**2- Pietrasecca, di Carsoli (AQ): Trail Riserva Grotte Del Cervo, 5<sup>a</sup> prova del GPM '16**, di 12 km (un punto in più per la durezza). BARILE in 1h 19' 18", è 3°ctg, M 6' 36"/km, comp. 5' 01"/km (3+2+1+1+1+1 = 9); ZARINI, invece, chiude in 1h 42' 56", 2°ctg, M 8' 34"/km, comp. 6' 10"/km (3+2+1+1+2 = 9).

**2Domenica 24 - Rieti: Mezza Maratona di Rieti**, di 21,097 km. Bella prova di: VIOLA in 1h 41' 23", M 4' 48"/km, comp. 3' 50"/km (3+2+5+2,5 = 12,5) e COSENTINO in 1h 58' 51", M 5' 38"/km, comp. 4' 57"/km (3+2+5+1,5 = 11,5).

**1Lunedì 25 - Luco dei Marsi (Aq): Fucino Half Marathon - La Mezza Maratona nel cuore del Fucino, 6<sup>a</sup> prova del GPM '16**, di 21,097 km. BARILE è il nostro portacolori in 1h 57' 42", 2° ctg. M 5' 34"/km, comp. 4' 14"/km (3+2+5+2+2 = 14).

**1Sabato 30 - Roma: Villa Pamphilj: Astradacorsa**, di 6 km. GIANCARLI esordisce per quest'anno in 25' 17", M 4' 12"/km, comp. 4' 00"/km (3+2,5 = 5,5).

## Classifiche sociali mese di Aprile.

In Aprile, gli atleti complessivamente in classifica salgono da 14 a 17, con ben tre esordi stagionali: CIMINO, GIANCARLI e LONGO. Complessivamente 19 presenze in 7 manifestazioni.

Balzo in avanti consistente per: BARILE (che consolida il primato a punti e agguanta quello a presenze solitario), VIOLA e ZARINI.

## Classifica a punti.

Classifica sociale	Punti	Pos.	Prec.	Classifica sociale	Punti	Pos.	Prec.
1° BARILE A.	81,5	3°	- 40,5	10° PICCIRILLI	23,5	8°	- 18,5
2° COSENTINO	68,5	2°	- 43,5	11° GALLOTTI	16,5	10°	- 16,5
3° BONVINI	65	1°	- 52,5	12° BARANZINI	16	11°	- 16
4° VIOLA	59	7°	- 20,5	13° AURELI A.	14,5	12°	- 14,5
5° PENTA	47	5°	- 31,5	14° GIANCARLI	9,5	-	- -
6° PANFILI M.	40	4°	- 40	15° CIMINO	9	-	- -
7° ZAMBOTTI	30	6°	- 30	16° AURELI F.	6	14°	- 6
8° PANFILI V.	26	9°	- 18	16° LONGO	6	-	- -
8° ZARINI	26	13°	- 12	<b>TOTALE</b>	<b>551</b>		<b>367</b>

## Classifica per presenze.

Classifica	Presenze	Pos.	Prec.	Classifica	Presenze	Pos.	Prec.
1° BARILE A.	8	1°	- 5	10° AURELI F.	1	10°	- 1
2° BONVINI	7	1°	- 5	10° BARANZINI	1	10°	- 1
2° COSENTINO	7	1°	- 5	10° CIMINO	1	-	- -
4° VIOLA	6	7°	- 2	10° GALLOTTI	1	10°	- 1
5° PENTA	4	4°	- 3	10° GIANCARLI	1	-	- -
5° PICCIRILLI	4	4°	- 3	10° LONGO	1	-	- -
5° ZARINI	4	7°	- 2	10° PANFILI M.	1	10°	- 1
8° AURELI A.	3	4°	- 3	10° ZAMBOTTI	1	10°	- 1
8° PANFILI V.	3	7°	- 2	<b>TOTALE</b>	<b>54</b>		<b>35</b>

## **Calendario gare.**

### **Mese di Maggio.**

#### **Domenica 1**

- **Lama dei Peligni (Ch): Corri per la Majella, Trail competitivo**, di 12,5 km, "su sentieri di media montagna sulla Majella Orientale. Partenza h. 10. Vedi sito: [www.corriperlamajella.it](http://www.corriperlamajella.it).

- **Ladispoli (Rm): Alsium Trail**, di 10 km. Partenza h. 9.30. Infotel: 3286937959.

- **Roma, San Giovanni: Primo Maggio Lavoro...in Corsa**, di 5,450 km. Partenza h. 9.30. Infotel: 3395905259.

**Venerdì 6 – Avezzano: "Maratonina del Cuore"**. Dagli organizzatori: "La Clinica Di Lorenzo in collaborazione con i "Briganti D'Abruzzo Triathlon" è lieta di invitarVi all'evento non competitivo, "Maratonina del Cuore", che si terrà ad Avezzano venerdì 6 maggio a partire dalle ore 18.00 con partenza alle 18.30 da Piazza Risorgimento, il percorso, della lunghezza di circa 2,200 Km, da ripetersi una o più volte a piacimento, si snoderà su un percorso cittadino interamente chiuso al traffico, ognuno potrà percorrere tale distanza camminando o di corsa.

Tale manifestazione rientra tra i numerosi eventi inseriti nelle giornate europee dello scompenso cardiaco, 1-8 Maggio, con la finalità di sensibilizzare la popolazione sul tema della prevenzione.

La Piazza in tale occasione sarà riservata all'evento e sarà possibile, se interessati, e previo accordo con la Società scrivente, mettere un proprio gazebo (escluse attività di merchandising e quant'altro), di piccole dimensioni con i propri colori sociali. Inoltre si informa che saranno distribuite gratuitamente e fino ad esaurimento delle t-shirt a tema."

#### **Domenica 8**

- **Collelongo (Aq): Ecomaratona dei Marsi**, di 43 km, ed **Archeorun**, di 13 km, **7ª prova del GPM '16**. Infotel: 329 3406517, [info@ecomaratonadeimarsi.it](mailto:info@ecomaratonadeimarsi.it)

- **Ostia Antica (Rm): Per Antiqua Itinera**, di 9,700 Km. Partenza h. 9.30. Infotel: 3316005559

- **Roma: Bravetta Run**, di 10 km. Partenza h. 9.30.

- **Roma: Race For Children**, di 12 km. Partenza h. 9.30. Infotel: 3282912451.

**Sabato 14 – Castel Porziano (Rm): Gran Premio Runcard**, di 5 km.

#### **Domenica 15**

- **Pescina (Aq): 1° Trail Pescinese "Tra cultura, natura e solidarietà", 8ª prova del GPM '16**.

- **Roma: Race for the Cure**, di 5 km.

**Sabato 21 – Roma, Laurentino: Corrinsieme oltre**, di 5 km. Partenza h. 19. Infotel: 339 3084722.

#### **Domenica 22**

- **Avezzano Aq): 4ª Stravezzano, 9ª prova del GPM '16**, di 10 km, con N. C. di 5 km. Iscrizioni fino a ven. 20/5. Vedi volantino in copertina finale.

- **Ostia (Rm): Rincorriamo la pace con Emergency**, 10 km. Info: 339 5762256.

- **Fonte Nuova (Rm): Maratonina di Primavera**, di 8,300 km. Partenza h. 9.30. Infotel: 340 5060779

#### **Domenica 29**

- **Pratola Peligna (Aq): 37ª Corsa Podistica "Valle Peligna", 10ª pr. GPM '16**.

- Roma, Villa Pamphilj: Vale...Correre, di 10 km. Partenza h. 9.30.
- Tivoli: Maratonina di Villa Adriana, di 10 km.

## **Mese di Giugno.**

### **Mercoledì 1**

- Avezzano Notturna di Madonna del Passo, 11<sup>a</sup> prova del GPM '16, di 9,300 km. Part. h. 21.

- Roma: Albarace, di 6 km. Partenza h. 5.30. Infotel: 06 4065064.

**Giovedì 2 – Nettuno (Rm): Trofeo Città di Nettuno**, di 10 km. Part. h. 9.30. Infotel: 328 4310352.

### **Domenica 5**

- San Benedetto dei Marsi (Aq): Corri Marruvium, 12<sup>a</sup> prova del GPM '16, di 10 km. Part. h. 10.

- Castel di Guido (Rm): CorriLIPU, di 10 km. Partenza h. 10.

**Sabato 11 – Pomezia (Rm): Sulle orme di Enea**, di 10 km. Part. h. 19. Infotel: 360 360062.

### **Domenica 12**

- Roma Due colli: “Maratonina Due colli”, di 10 km. Part. h. 9.30. Infotel: 339 2141179. Iscrizioni c/o CAT Sport.

- Valmontone (Rm): Magicland Run - Gattobaleno Run, di 8 km.

### **Sabato 18**

- Ceri (Ri): 7<sup>a</sup> Notturna di Ceri, 13<sup>a</sup> prova del GPM '16, di 10 km. Partenza h. 21.

- Roma: Corriroma, di 10 km. Partenza h. 21.

**Domenica 19 – Fontenuova (Rm): La Maratonina delle Rose**, di 9 km. H. 9.30.

**Sabato 25 o Domenica 26 - Gioia dei Marsi (AQ): 17<sup>a</sup> ed. della Mini Stramanoferno, prima prova del Mini Gran Premio LAGOS 2016**, manifestazione Non Competitiva organizzata dall'Atl. LAGOS dei Marsi. Come sempre, l'iscrizione è riservata ai giovani della fascia di età: 0-15 anni. La data è da confermare.

### **Sabato 25**

- Roma, Tor Teste: Corri per il Parco.

- Sant'Angelo Romano: La Corsa di Alberto, di 7,4 km. Partenza h. 19.

**Domenica 26 – Valmontone: Maratonina della lumaca.**

**Sabato 9 – Pescasseroli (Aq): Ecolonga, 14<sup>a</sup> prova del GPM '16**, di 13 km. Partenza h. 17.30.

Allegati:

1. In copertina iniziale: foto di gruppo LAGOS alla partenza alla Campestre di Avezzano;
2. Storia del Rugby;
3. Articolo su Zuckerberg;
4. In copertina finale: volantino della Stravezzano.



## STORIA DELLO SPORT: RUGBY

**Anno X - n° 436 di Giovedì 28 Gennaio 2016**

Questo sport nacque in uno dei più aristocratici college inglesi: quello di Rugby, che gli ha dato il nome, anche se si racconta che fu introdotto addirittura nel 1066 da Guglielmo il conquistatore.

Il profeta di questo sport è l'inglese Thomas Arnold (1795 – 1842), rettore del collegio di Rugby, ma secondo la leggenda è merito di un giovane studente di nome William Webb Ellis che, durante una partita di Calcio nel 1823, afferrò il pallone con le mani e anziché calciarlo come previsto, partì a razzo con la palla in mano verso l'opposta linea di fondo. Pierre de Coubertin definì il rettore Arnold "Il più grande educatore dei tempi moderni ... con lui l'atletismo entra in un collegio e lo trasmorma".

All'epoca (fra il 1816 e il 1825) ancora non esistevano regole standard per il Calcio e molte varianti prevedevano l'uso di portare la palla anche con le mani. Comunque questa storia apparve nel 1876, quattro anni dopo la morte di Webb Ellis. In ogni caso il trofeo della coppa del mondo di Rugby è dedicato a lui.

Quarant'anni dopo, nell'ottobre del 1863, fu costituita la *Football Association* con l'intento di standardizzare le varie regole e forme di Calcio giocate all'epoca. Durante una serie di sei incontri, tenuti alla *Freemason's Tavern* di Londra, con i rappresentanti delle scuole pubbliche, delle università e dei club di spicco più indipendenti, si cercò di stabilire un unico regolamento per tutti. La prima stesura prevedeva caratteristiche che fanno tutt'ora parte del Rugby come il "correre in avanti" con la palla ed essere caricati, trattenuti, sgambettati, ecc. Alcune regole, però, furono gradualmente scartate o modificate adottando una variante delle "Regole di Cambridge". Nella riunione finale, i rappresentanti del *Blackheath* ritirarono il proprio club dall'associazione, a causa della rimozione della regola che permetteva il *backing* (calciare un avversario negli stinchi). Così, il *Blackheath* insieme ad altri club, continuarono a giocare la loro versione del Calcio.

Da qui, otto anni dopo (esattamente il 26 gennaio 1871) si formò la RFU (*Rugby Football Union*), è la più antica del mondo e portò alla standardizzazione delle regole per tutti i club che giocavano una variante delle regole della Rugby School. Dovettero passare ancora quattro lustri per vedere, nel decennio 1890/90 uno scontro di culture e d'interpretazione del gioco tra i club del nord (composti da lavoratori) e quelli del sud (composti da *gentleman*).

Il 29 agosto 1895 ventuno club si separarono dalla RFU e si incontrarono al *George Hotel di Huddersfield*; formando la NRFU (*Northern Rugby Football Union*), con il suo insieme di regole che sarebbe in seguito diventata la RFL (*Rugby Football League*).

Il Rugby a 15 ha fatto parte del programma olimpico e le nazionali vincitrici del titolo sono quelle di Francia nel 1900, di Australia nel 1908, degli Stati Uniti nel 1920 e 1924. Attualmente soltanto il Rugby a 7 è inserito nel programma dei GO.

In Italia la nascita del Rugby va collocata tra il 1890 ed il 1895 a Genova, per merito della comunità inglese; la prima partita fu un incontro dimostrativo giocato nel 1910 a Torino, tra il Racing Club de

Paris e il *Servette* di Ginevra. La prima partita disputata da una squadra italiana avvenne l'anno seguente, il 2 aprile, a Milano tra l'US Milanese e i francesi del *Voiron*.

Il 25 luglio si istituì il "comitato di propaganda" che in seguito, il 28 settembre 1928, sarebbe diventato la FIR (*Federazione Italiana Rugby*). Il primo Campionato Italiano fu organizzato nel 1929, comprendendo sei delle sedici squadre attive in Italia e fu vinto dall'Ambrosiana Milano.

**Daniele Masala**

Dal sito de: La Repubblica, del 05 gennaio 2016

## **Il fondatore di Facebook: "Staccatevi dal monitor e correte". La crociata di Zuckerberg per il running**



"Scendiamo in strada e corriamo". E' il buon proposito per il 2016 di Mark Zuckerberg, creatore di Facebook. In un post ai suoi oltre 47 milioni di follower, il milionario 31enne annuncia l'intenzione di correre 365 miglia (1 miglio, ovvero 1,6 chilometri al giorno) e invita tutti a fare come lui. "E' un bel po' di strada, ma non è un numero folle", scrive Zuckerberg. "A una velocità moderata sono meno di 10 minuti di corsa al giorno". Per motivare i suoi seguaci, Zuck ha creato un gruppo pubblico in cui tutti potranno raccontare la propria esperienza e lui stesso, assicura, documenterà i suoi progressi. Mr Facebook non è nuovo a iniziative del genere: l'anno scorso aveva lanciato l'iniziativa "A Year of Books", per incentivare tutti a leggere un nuovo libro ogni due settimane. In poche ore, il gruppo "A Year of Running" ha già radunato oltre 50mila adepti 05 gennaio 2016



PER DONAZIONI

IN BANCA: Associazione Stradafacendo Onlus

c/c 11052533 presso: Banca di Roma Filiale Roma 228 (6025)

Codice IBAN: IT50N0300205050000011052533

ALLA POSTA: Associazione Stradafacendo Onlus c/c 42929174



**USA RUNNERS AVEZZANO**

**4ª STRAVEZZANO**  
**EDIZIONE 2016**  
**DOMENICA 22 MAGGIO**  
**PIAZZA RISORGIMENTO**

**OXYBURN** MAKE SPORT BETTER

**FERNANDO SPORT**

**AD SPORT**  
Vasto www.adport.it

**NS** PRODUZIONE BANDIERE

**GIOSPORT**

**CORRILABRUZZO**

**LIBERTAS**

**AICS** **ASC** GIOVANI

**GP MARSICA**

Consiglio Nazionale dei Dottori Commercialisti e degli Esperti Contabili

**10 punti CORRILABRUZZO**

**DISTANZA 10 KILOMETRI**  
**NON COMPETITIVA 5 KILOMETRI**

**Campionato regionale Master fidal 10 km individuale e 2a prova di società**  
**Gara valida GRAND PRIX MARSICA E CORRILABRUZZO**  
**Gara valida CAMPIONATO REGIONALE COMMERCIALISTI**

INFO E ISCRIZIONI [INFO@USARUNNERSAVEZZANO.IT](mailto:info@usarunnersavezzano.it) [WWW.USARUNNERSAVEZZANO.IT](http://WWW.USARUNNERSAVEZZANO.IT)  
3396037106 GIOVANNI 3476369794 MAURIZIO  
CHIUSURA ISCRIZIONI VENERDI' 20 MAGGIO.  
NON E' POSSIBILE ISCRIVERSI IL GIORNO DELLA GARA (GARA COMPETITIVA)

**FID/L**