

Giro d'Italia

## Un Volante di corsa

Renzo Volante si dedica al podismo da oltre quarant'anni: ha iniziato infatti con le non competitive nei primi anni Settanta a Valenza e non ha mai smesso. Oggi, con oltre 3.500 gare al suo attivo, indossa da diverse stagioni la maglia della società Us Scalo di Voghera. Le sue competizioni preferite sono le corse su strada serali, le campestri invernali e le mezze maratone di prestigio. (M.P.)

## UMBRIA

### Assisi Runners da Oscar

La squadra presieduta da Fabio Battistelli ha ricevuto dalle mani dell'assessore allo sport del comune di Assisi Serena Morosi il premio speciale Oscar dello sport 2014-Società dell'anno, attribuito dall'amministrazione della città a un'associazione sportiva del territorio. Il team è stato scelto per la sua intensa attività nel settore, dal punto di vista sia agonistico sia organizzativo. Ogni primo sabato di settembre, infatti, la Assisi Runners dà vita alla Marcia delle Otto Porte, notturna che si svolge all'interno del centro storico assisano; nel corso dell'anno promuove inoltre diverse altre iniziative legate al correre e camminare. (Luca Uccellini)



### Dieci anni a Gubbio

Festa di compleanno per il Gubbio Runners, che lo scorso dicembre ha festeggiato i suoi primi dieci anni di attività. La società della città dei Ceri, presieduta da due anni da Claudia Minelli, conta un centinaio di tesserati, con alcuni atleti di spessore, ed è molto attiva sia in termini di partecipazione alle manifestazioni regionali e nazionali, sia in termini di organizzazione, con tre eventi proposti nel corso dell'anno. Si tratta della Corruggubio Night, che si tiene ad agosto, della Corruggubio, mezza maratona e 10 km di settembre, e del Cross di Sant'Ubaldo, in calendario a dicembre. Proprio nel giorno del compleanno societario si è tenuta l'ultima edizione del cross, nello splendido scenario del Teatro Romano di Gubbio. (LU.)



## VENETO

### Scuola di running a Padova

Lo slogan è già un programma: Corri consapevole. Il Comitato regionale veneto della Fidal ha lanciato un'iniziativa dedicata a tutti i podisti amatori. La Fidal Veneto Running School – partita a Padova a febbraio – si propone come una vera e propria scuola di corsa, che tratta di preparazione atletica, metodi di allenamento, alimentazione e aspetti medici connessi alla corsa, di prevenzione degli infortuni e di abbigliamento tecnico. Pensata soprattutto per i podisti meno evoluti, ma aperta a tutti, l'iniziativa si avvale della consulenza di esperti che indirizzano verso un approccio consapevole alla corsa. Di seguito i prossimi appuntamenti. Lunedì 2 e 16 marzo: incontro con Lorenzo Sandi (fisioterapista) e Marco Cesana (ortopedico); lunedì 9 e 23 marzo: appuntamento con l'ingegnere biomeccanico Valerio Tegen e con l'azienda I/6H. I quattro incontri si svolgeranno alla sala scuola regionale dello sport dello Stadio Euganeo, dalle 20 alle 22. Sabato 28 marzo, dalle 9 alle 13, si terrà l'ultimo evento al Palaindoor di Padova, con la partecipazione, oltre che degli esperti già citati, anche del professore e tecnico Fidal Giulio Muzzolon.