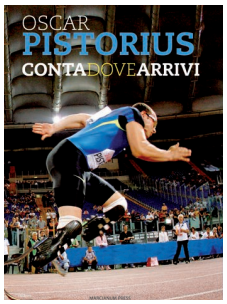
CALENDARI – FIAMME GIALLE

Grande festa in dicembre, a Roma, per la presentazione del ***calendario*** storico della **Guardia di Finanza**, interamente dedicato alle *imprese dei campioni gialloverdi* durante i 100 anni di vita dell'attività sportiva del Corpo: il primo impegno sostenuto risale infatti al 1911, con una gara di ginnastica a Torino. Per l'occasione sono arrivati nella Capitale tutti gli atleti delle Fiamme Gialle che hanno conquistato titoli e medaglie in questo lungo arco di tempo, da Gustavo Thoeni e Piero Gros a Tania Cagnotto, Domenico Fioravanti, Giulia Quintavalle, Antonio Rossi, Roberto Di Donna. Fino ai tanti campioni dell'atletica: Matteo Anesi, ***Ivano Brugnetti***, ***Fabrizio Mori***, Sandro Bellucci, Nicola Vizzoni, ***Giuseppe Gibilisco, Elisa Rigaudo***. Presenti anche il Comandante Generale della GdF, *Gen. C.A. Nino Di Paolo*, il Sottosegretario di Stato allo Sport, On. *Rocco Crimi*, e il Presidente del CONI, Gianni Petrucci; contributi del Presidente del Comitato Olimpico Internazionale (CIO), *Jacques Rogge*, e di prestigiose firme del giornalismo sportivo come Italo Cucci, Augusto Frasca, Franco Fava, Giampiero Galeazzi, Giacomo Crosa. Auguri, Fiamme Gialle!

CORSA NEWS

• Fuori e dentro dalle mie scarpe

Ovvero, "mezzo secolo visto con gli occhi del *lupo*". Il "lupo" è ***Ermes Luppi***, a lungo collaboratore di questa testata, e stiamo parlando della sua autobiografia, scritta insieme ad Andrea Accorsi. Il volume è un piccolo e personalissimo modo di riscrivere la storia di un Paese attraverso gli occhi di chi quella storia l'ha calzata con il proprio viaggiare all'interno di un percorso che si è fatto, con gli anni, il viaggio della vita. Camminare e mai calpestare il tempo, scoprendo come negli avvenimenti, le svolte, gli sbagli, siano in realtà il frutto dei nostri passi. Ci vuole pazienza e sacrificio, ma le orme che restano, quelle fuori e dentro dalle nostre scarpe, sono il frutto della storia che lasceremo in eredità ai nostri figli. Euro 13.



• Conta dove arrivi

È uscita a fine anno scorso, in tempo per entrare nei cadeaux natalizi, anche la ***biografia*** su e di Oscar **Pistorius**. Nata da un incontro del simpatico sudafricano con alcuni studenti veneziani del liceo "Giovanni Paolo I" che hanno poi trasformato i contenuti di questo incontro appunto in forma di libro, consta di 152 pagine ed è edita da ***Marcianum*** Press. La sincera testimonianza di Oscar stimola i lettori ad uscire dal pregiudizio sulla disabilità fisica, ad accettare il limite come elemento intrinseco alla condizione umana e a scoprire le mille abilità inespresse che ognuno ha dentro di sé. Tutto per il piccolo prezzo di 12 euro. Spesi bene.

ANTEPRIMA GARE

• SCARPA D'ORO, rosa e Jaked

Sarà una *Scarpa d'Oro* di grandi novità quella che si correrà il prossimo 20 marzo a Vigevano. A fianco della celebre *Half Marathon*, nasce infatti la *Scarpa d'Oro in Rosa*, una non competitiva di 5 km riservata esclusivamente alle donne. Nata da un'idea dell'Assessorato alle Pari Opportunità del Comune di Vigevano, è stata subito accolta con grande entusiasmo dagli organizzatori, con il proposito di far avvicinare sempre più donne al mondo del running come momento di socializzazione, benessere e salute. Il percorso della ***Scarpa d'Oro in Rosa*** sarà lo stesso dei primi 5 km della ***Scarpa d'Oro Half Marathon***, con tutti i passaggi più suggestivi nel centro storico di Vigevano: Piazza Ducale, il Castello Sforzesco e la Strada Coperta. Anche la partenza sarà contemporanea a quella della mezza maratona, alle ore 9.30 dallo stadio "Dante Merlo". Accanto alla gara femminile, per dare "pari opportunità" anche agli uomini, si correrà anche una *Stracittadina* non competitiva sempre sulla distanza di 5 km. L'edizione 2011 della Scarpa d'Oro avrà anche un nuovo (e inedito fino ad ora per il running) sponsor tecnico. *Half Marathon, Scarpa d'Oro in Rosa* e *Stracittadina* vestiranno infatti **Jaked**, il famoso brand nato proprio a Vigevano e che ha fatto della ricerca e dell'innovazione sui tessuti il proprio punto di forza. Dopo il grande successo internazionale raggiunto nel nuoto, in una continua sfida verso nuovi orizzonti, Jaked fa ora il suo ingresso nel pianeta del running partendo proprio dalla gara della sua città. **Jaked** fornirà a tutti gli atleti della mezza maratona un'innovativa e accativante canotta tecnica, mentre i partecipanti alle due non competitive riceveranno un'elegante maglietta a manica lunga.

• MARATONA DI MILANO

Anche la ***Milano City Marathon***, per l'edizione del 10 aprile, ha in serbo iniziative speciali dedicate esclusivamente al gentil sesso, con l'obiettivo di avvicinarlo sempre più alla distanza dei 42 km e rotti. Dopo lo sconto del 22% sulla quota di iscrizione a loro praticato fino a fine gennaio, a febbraio sono partite due altre iniziative: una serie di allenamenti esclusivi in programma fino ai primi di aprile e un blog ("Luci su Milano", accessibile dalla sezione "Tutto il rosa della corsa" sul sito www.milanocitymarathon.it, con consigli su alimentazione e abbigliamento, interviste ad atleti, medici del settore e amici appassionati di corsa, racconti ed emozioni al femminile). Entrambe le proposte sono *firmate* da Lucilla Andreucci, ex maratoneta della Forestale e vincitrice della prima edizione della maratona meneghina. E sono allo studio altre idee.

Medisana

La salute prima di tutto. Non dimenticate, quindi, prima e/o dopo la corsa, di controllare periodicamente la pressione. Ad esempio con ***MTX*** **Medisana**, modello che riconosce le aritmie e consente di memorizzare fino a 99 misurazioni per due utilizzatori. Preciso e facile da usare, è dotato anche di porta USB per la connessione al pc. In vendita a 99 euro.

Nannini

Per viaggiare leggeri senza rinunciare a eleganza e calore, è perfetto il ***gilet imbottito*** in nylon lucido con profili in tessuto tecnico e cappuccio staccabile, ripiegabile nella bustina coordinata. Firmato **Nannini**. A 95 euro.

Mountain Hardwear

Siccome freddo, vento e condizioni climatiche sfavorevoli possono irritare la gola provocando anche drastici abbassamenti di voce, ecco ***Voxil Voce Gola.*** In pratiche pastiglie dal gradevole aroma di miele e mora, grazie all'azione emolliente agisce rapidamente, calmando l'irritazione e migliorando anche l'impostazione della voce. È un prodotto **Pierre Fabre Pharma**. Una confezione da 24 costa 6 euro.