



**GRUPPO PODISTI ALBESI**  
Associazione Sportiva Dilettantistica  
regolarmente affiliata F.I.D.A.L. – cod. CN018  
p. IVA 02576410043  
c.f. 90019670042  
sede: c/o C.so Piave, 199/1 - 12051 ALBA CN  
Tel.+ Fax: 017335859 – 0173283346  
[graziella.costa@alice.it](mailto:graziella.costa@alice.it)  
[www.gruppopodistialbesi.com](http://www.gruppopodistialbesi.com)



**OTTOBRE 2012**

## NEWS N. 304

### GARE UFFICIALIZZATE

30.08.2012	Somm.Perno-Fr.Rossi	Corsa della solidarietà	f.c.
31.08.2012	Castagnito	Corsa podistica	1° num
04.09.2012	Guarene – Vaccheria	Corsa campestre Avis	1° num
05.09.2012	Alba – Moretta	17° Giro notturno per il borgo	2° num
06.09.2012	Serra dei Costa	10a Camminata tra le verdi colline	1° num
07.09.2012	Montà d'alba	Corsa non competitiva	2° num
09.09.2012	Feisoglio	Le quattro Cappelle – 20a ed.	1° num
	Alba	Corri sotto le torri	1° num
16.09.2012	Fossano-Rif.Migliorero	Staffetta	Ass. 9° punt. – Vet. 5° punt
	Villanova d'Asti	27° trofeo Avis	f.c.
23.09.2012	Asti	16a Marcia della Vendemmia	f.c.
29.09.2012	Cuneo-Ronchi	La 12km di Cuneo – 29a ed.	5° num
30.09.2012	Cherasco	Ecofutura – 2a ed.	7° punt
			2° num

### APPUNTAMENTI PODISTICI Gare ufficializzate

Dom 7 Ott	Barolo – 3a Prova Campionato Sociale – Strada ad inseguimento Ritrovo ore 8,45 c/o Campo Sportivo Partenza ore 9,30 (primo atleta)
Sab 13 Ott	Castellero d'Asti Km. 7,500 – competitiva – iscrizione E. 6,00 Ritrovo p.za Romita – Partenza ore 17,00
Dom 14 Ott	Fossano – 4° prova Camp. Prov.le Individuale Km. 10,000 competitiva - Km. 7,000 non competitiva - iscrizione E. 6,00 Ritrovo ore 8,00 p.za Castello – Partenza ore 9,45 <u>Tassativo per la competitiva Pre-iscrizioni entro Mercoledì 10 ore 20,00</u>
Dom 21 Ott	San Paolo Solbrito Km. 12,000 – competitiva – iscrizione E. 6,00 Ritrovo Circolo Anspi ore 8,00 – Partenza ore 9,30
Dom 28 Ott	Alba – Trofeo Torrefazione Mokafè Km 9,500 – competitiva iscrizioni E. 7,00 + non-competitiva iscrizioni E. 6,00 Ritrovo ore 7,00 Campo Atl. San Cassiano – Partenza ore 9,30 <u>Tassativo per la competitiva Prei-iscrizioni entro Mercoledì 24 Ottobre ore 20,00</u>

## **BENVENUTO ..... e CONGRATULAZIONI a ....**

Max Vullo , Monica e Samuele per la nascita di Giovanni Silvano l'8 Settembre



## **PALESTRA INVERNALE STAGIONE 2012-2013**

Come di consueto è stato organizzato il corso di preparazione invernale aperto a tutti i soci de Gruppo Podisti Albesi Mokafè, per il periodo dal **6 Novembre 2012** al **28 Febbraio 2012** presso la **palestra I.T.C.** - (via\_P.Cillario – Alba ) –

- istruttore: **Prof. LUIGI TAPPELLA**
- giorni: Martedì dalle 20,00 alle 21,00  
Giovedì dalle 20,00 alle 21,00

