

la mia Storia Podistica

**Vanello
Mario**

ha percorso i primi chilometri con i nostri colori sociali il 1 **Gennaio 2008** alla gara " **La Pratese c'è ...anche il primo Gennaio** " (PO) percorrendo **Km 7,5** e poi:

2007		2008		2009		2010		2011	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
		27	375,863	54	482,553	55	642,872	62	797,191
		PROMETTENTE		COSTANTE		PONDERATO		SAGGIO	
2012		2013		2014		2015		2016	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
53	693,588	50	577,698	46	428,3	34	323,598		
INARRENDEVOLE		AFFIDABILE		BRIOSO		VOLENTEROSO			

TOTALE KM AL 31/12/2015

4321,663

TOTALE PRESENZE AL 31/12/2015

381

La mia storia

la mia storia podistica è iniziata quando ero bambino, all'età di 9 anni ho cominciato ad appassionarmi alle corse , prima in pista, poi su strada ho provato anche la bicicletta da corsa **ma dopo varie cadute ho rinunciato**. Ho fatto diverse gare anche in pista e mi sono levato diverse soddisfazioni per esempio facendo i 400 mt in 0,57,00 avevo poco più di 20 anni allora , ho vinto un Campionato Regionale sulla distanza dei 5000 mt in pista con il tempo di 18 minuti.

Una delle mie prime **mezze maratone** l'ho fatta a **Bonelle Pistoia** con il tempo di **1:16 minuti**.

Dopo aver provato tanti sport e tante distanze ho provato a fare la mia 1° gara su una lunga distanza ed era la RIMINI -San MARINO di 30 Km ma la prima volta non è andata bene , però dopo 2 anni ci ho riprovato ed andò bene in quanto rientrai in classifica nella mia categoria.

Corri corri nel 1998 mi presento alla mia **1° MARATONA quella di FIRENZE** e la concludo con il tempo **STRAORDINARIO di 3:16 minuti** , poi per un po' di anni mi sono fermato un po' per motivi di lavoro e un po' per non avere voglia di allenarmi. Poi ho conosciuto la Podistica Pratese e andando a diverse GITE con loro mi risono ancora una volta **APPASSIONATO** a questo sport ed ho conosciuto un gruppo molto affiatato e unito che pensa sì alle corse ma soprattutto al bene comune, persone semplici guidate da un grande capitano quale Raffaele Moccia insieme alla moglie Vittoria e famiglia e con loro passo delle belle giornate di Sport e di divertimento puro....ora mi **DIVERTO**.....nel vero senso della parola.

Le mie IMPRESE

Impresa		Km	Tempo	Osservazioni
2008	Maratona di MALTA	42,195	4,36	
	Maratonina di Pistoia	21,097	1,34	Miglior tempo
	Maratonina di Tavarnelle Val di Pesa	21,097	1,37	
	Maratonina di Bonelle	21,097	1,39	

2009	Maratonina di Agliana - 6 ponti	21,097	1,45	
	Maratonina di Palermo	21,097	1,50	

2010	Maratonina di Prato	21,097	1,37	
	Maratonina di Tavarnelle Val di Pesa	21,097	1,38	
	il Miglio	1,609	6,03	
	Maratona di Firenze	42,195	4,33	Miglior tempo

2011	Maratonina di Tavarnelle Val di Pesa	21,097	1,45	
	Maratonina di Empoli	21,097	1,42	
	Maratonina di Bonelle	21,097	1,40	
	Piazza a Piazza	75		

2012	Maratona di Malta	42,195	4,50	26-feb
	Maratonina di Pistoia	21,097	1,40	25-mar
	Miglio	mt 1609	'6,19	12-set
	Maratona di Budapest	42,195	4,53	7-ott
	Maratonina dei 6 Ponti di Agliana	21,097	1,48	4-nov
	Maratona di Firenze	42,195	4,59	25-nov

2013	Miglio	1,609	6,30,1	11-set
	Maratonina Maddalena-Caprera	21,097	2,08,15	21-set
	Maratonina dei 6 Ponti di Agliana	21,097	1,52,36	3-nov
	Maratona di Firenze	42,195	4,39,30	24-nov

2014	1° Gennaio Cascine Tavola	7,5	34,41	1-gen
	Cronocaserana	5	23,24	4-gen

2015	Maratonina di Napoli	21,097	2,00,25	15-feb
	1/2 Maratona di Maddalena - Caprera	21,097	2,01,27	19-set
	Miglio Pratese	1,609	6,21,50	03-ott