

la mia Storia Podistica

**Amadio
Gianluca**

ha percorso i primi chilometri con i nostri colori sociali il **13 Gennaio 2013** alla gara " **Gara di Casale** " (**PO**) percorrendo **Km 14** e poi:

2012		2013		2014		2015		2016	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
		29	435,489	37	525,589	40	540,078		
		ESTROSO		DETERMINATO		INPREVEDIBILE			

TOTALE KM AL 31/12/2015

1501,156

TOTALE PRESENZE AL 31/12/2015

106

La mia storia

Mi chiamo Gianluca Amadio, ho cominciato a correre nel 1988 quando ho fatto il servizio militare nei Paracadutisti . Correre per noi era obbligatorio perché ci serviva per rinforzare le nostre gambe così facendo al momento del lancio e all'impatto con il terreno non avevamo danni.

Ogni mattina oltre a tanta palestra si correva per 10 Km , dopo il militare ho continuato a correre e lo faccio perché mi piace e perché mi fa star bene fisicamente, ma non ho mai corso a livello AGONISTICO Poi lo scorso anno nell' azienda per cui lavoro venne assunto Gino Ruotolo il quale anche lui ha la passione per la corsa e vedendomi correre nella pausa pranzo mi chiese se mi andava di correre insieme e così nel mese di Maggio abbiamo iniziato a fare le NON COMPETITIVE serali.

Correva insieme a noi Silvio che faceva parte della Podistica Pratese e proprio lui aveva convinto Gino a correre e così ci siamo iscritti anche noi alla Società .

Ad oggi non ho ancora partecipato a nessuna Maratona oltre ad andare a correre quasi tutte le Domeniche ed aver partecipato ad alcune 1/2 Maratone .

Il motivo è che non ho avuto il tempo per allenarmi visto che ho dovuto dedicare più tempo al mio lavoro perché la nostra azienda ha fatto dei cambiamenti molto importanti.

Comunque il mio obiettivo oggi è partecipare alla Maratona di Firenze e terminarla sotto le 4 ore e per il futuro fare altre Maratone compresa quella di NEW YORK e poter continuare a correre per me stesso divertendomi con le persone che ho conosciuto sia nella Squadra e anche fuori della nostra Società.

2013	Maratonina di Prato	21,097	1,51,30	1-4 Miglior tempo
	Maratonina dei 6 Ponti Agliana	21,097	1,57,12	03-nov
	Maratona di Firenze	42,195	4,39,50	24-nov

2014	Maratonina di Prato	21,097	1,56,05	21-apr
	Maratonina dei 6 Ponti AGLIANA	21,097	1,51,52	01-nov
	Maratona di Firenze	42,195	4,34,59	30/11 Miglior tempo

2015	Maratonina di Tavarnelle	21,097	1,58,04	15-mar
	Maratonina di Pistoia	21,097	1,46,09	22-mar
	Maratonina di Prato	21,097	1,44,03	01-apr

Vivicittà Firenze

21,097

19-apr

