

la mia Storia Podistica

**Filippi
Alessandro**

ha percorso i primi chilometri con i nostri colori sociali il **21 Aprile 2003** alla
" **Maratonina di Prato** " (PO) percorrendo **Km 21,097** e poi:

2002		2003		2004		2005		2006	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
		12	171,494	24	331,294	8	93,195	7	138,589
2007		2008		2009		2010		2011	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
6	166,584	7	203,085	9	246,779	7	193,779	6	68,097
2012		2013		2014		2015		2016	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
1	42,195	1	42,195	2	67,195	1	31		

TOTALE KM AL 31/12/2015

1795,481

TOTALE PRESENZE AL 31/12/2015

91

La mia storia

Ho sempre praticato Sport da quando avevo 6-7 anni.

Ho iniziato con Ginnastica Artistica e passando attraverso Atletica Leggera, Nuoto, Body Building, Squash, Mountain Bike, Ciclismo su Strada sono arrivato all'attuale PODISMO. Dal 1999 ho iniziato a praticare il Podismo con una certa costanza. Nel 2000 mi sono presentato alla partenza della FLORENCE MARATHON.

Ho tagliato il traguardo della mia prima Maratona in **3h-44'** scoppiando in un **Pianto di GIOIA** che addolciva tutti i dolori della stanchezza e con una certezza in testa....**ripeterò l'esperienza!**

Ho passato il 2001 senza Maratone ma mi sono ripresentato alla partenza della FLORENCE MARATHON del 2002. Forse la voglia di riprovare l'esperienza del 2000, forse la poca esperienza nelle Maratone ma sono partito troppo forte ed al 38° Km il mio Fisico mi ha fatto capire che era meglio fermarsi.....ero pieno di crampi dalle gambe, agli addominali fino ad i Pettorali.... **praticamente distrutto.**

Non mi arrendo e con il ricordo della bellissima esperienza del 2000 mi metto sotto con gli allenamenti e ci riprovo l'anno dopo sempre a FIRENZE. Parto con l'obiettivo di finire la FLORENCE MARATHON del 2003 in 3h-30'. Non ci riesco ma taglio il traguardo in **3h-32'** e sono felicissimo ugualmente.

Nel 2004 voglio provare a fare una Maratona fuori da Firenze e mi iscrivo alla MARATONA della Città di ROMA. 3 giorni prima della Maratona mi ritrovo a letto con 38° di febbre e devo dare Forfait.

Mi iscrivo alla Maratona di VENEZIA del 2004 e parto con l'obiettivo di finirla in 3h-30'. Ma taglio il traguardo in **3h-31'** comunque in buone condizioni. Vista la buona forma che avevo addosso mi iscrivo alla Maratona di FIRENZE del 2004 e concludo la Maratona in **3h-24'**

Nel 2005 mi iscrivo di nuovo alla Maratona della Città di ROMA ma **INCREDIBILE** 2 giorni prima della Maratona ho di nuovo la Febbre ma questa volta a 39° e la salto di nuovo.

Mi iscrivo alla PISA MARATHON del 2005 ma è troppo caldo e patisco tantissimo, comunque la concludo in **3h-38'**. Il mio sogno da maratoneta era di PARTECIPARE alla NEW YORK CITY MARATHON e con il mio compagno di Maratone CONTI Luca ci iscriviamo per partecipare all'edizione del 2005.

Prima di partire per New York decidiamo di fare la Maratona di PRATO anche per allenamento e la concludo in **3h-27'** senza soffrire per niente.

Partiamo per New York e dopo 3 giorni a giro per la Grande Mela arrivo alla Partenza della Maratona in condizioni fisiche non ottimali. Mi accorgo di non essere in forma dopo circa 10 Km perché inizio a sentire

i Crampi. La mia paura più grande era quella di non finirla. Ma stringo i denti e la porto in fondo in **3h-52'** e credetemi... anche se è stata la mia peggior Maratona a livello di prestazione posso tranquillamente dire che è stata la più bella esperienza che avessi mai potuto fare da Podista e poi

Si rientra in Italia e sull'onda dell'entusiasmo mi iscrivo di nuovo alla Maratona di FIRENZE concludendola in **3h-28'** ma in pessime condizioni.

Nel 2006 mi iscrivo per la Terza volta alla Maratona della Città di ROMA mi alleno bene e questa volta riesco a partecipare partendo con l'obiettivo (**AMBIZIOSISSIMO**) di 3h-20'.

La Maratona della Città di ROMA 2006 è la mia 10° Maratona e vorrei fare il mio Record Personale taglio il traguardo ed il cronometro segna... **3h-19'-52"** e piango dalla gioia...

Le mie IMPRESE

Impresa	
---------	--

Km	Tempo	Osservazioni
----	-------	--------------

2003	Maratonina di Prato
	Maratonina di Prato-Marathon
	Maratona di Venezia

21,097		
21,097		
42,195	3,32	

2004	Maratonina di Prato
	Maratonina di Prato-Marathon
	Maratonina di Agliana - 6 ponti
	Maratona di Venezia
	Maratona di Firenze

21,097		
21,097		
21,097		
42,195	3,31	
42,195	3,24	

2005	Maratonina di Prato
	Maratona di Pisa
	Maratona di Prato-Marathon
	Maratona di New York
	Maratona di Firenze

21,097		
42,195	3,38	
42,195	3,27	
42,195	3,52	
42,195	3,28	

2006	Maratonina di Oste/Barone
	Maratonina di Pistoia
	Maratona di Roma

21,097		
21,097		
42,195	3,19	Miglior tempo

2007	Maratonina di Pistoia
	Maratonina di Prato
	Maratona Prato / Boccadirio
	Maratona di Prato Marathon

21,097		
21,097		
42,195		
42,195		

2008	Maratona 4/5
------	--------------

42,195		
--------	--	--

Maratona Prato / Boccadirio
Maratona di Firenze

42,195		
42,195		



2009	Maratona di Verona
	Maratonina di Prato
	Maratonina di Bonelle
	Maratona di Lucca
	Maratona di Firenze

42,195		
21,097	1:42,58	Miglior tempo
21,097		
42,195		
42,195	3,32	



2010	Maratonina di Prato
	Maratona Prato / Boccadirio
	Maratona 17/10
	Maratonina di Agliana - 6 ponti
	Maratona di Firenze

21,097		
42,195	4,28	
42,195		
21,097		
42,195		



2011	Maratona di Verona
	Maratonina di Prato

42,195	3,15	
21,097		



2012	Maratona Eroica
------	-----------------

42,195	4,11	04-nov
--------	------	--------



2013	Ecomaratona del Chianti
------	-------------------------

42,195	4,48,44	20-ott
--------	---------	--------



2014	Maratona di Firenze
------	---------------------

42,195	3,36,28	30-nov
--------	---------	--------



2015	

