

la mia Storia Podistica

Moccia Raffaele		ha percorso i primi chilometri con i nostri colori sociali il 6 Gennaio 1992 alla " Passeggiata della Befana " a S. Maria a Colonica (PO) percorrendo Km 13 e poi:									
1992		1993		1994		1995		1996			
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
56	827	86	1190	83	1032	90	1146	93	1178		
IMPARZIALE		MISTER		ESIGENTE		INFATICABILE		ORIGINALE			
1997		1998		1999		2000		2001			
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
91	1232	100	1519	99	1446	102	1510	108	1757,461		
INDISTRUTTIBILE		INCONTAMINABILE		INCALCOLABILE		INCORRUTTIBILE		TIMONIERE			
2002		2003		2004		2005		2006			
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
91	1320,835	91	1086,887	82	969,586	82	1011,249	82	1031,078		
CAPARBIO		PRESIDENTE		COSTANTE		INIMITABILE		INSTANCABILE			
2007		2008		2009		2010		2011			
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
84	995,713	82	1122,728	78	1309,939	77	1094,867	86	1096,192		
SEMPRE INFORMATO		DETERMINATO		OCEANICO		STORICO		ALTRUISTA			
2012		2013		2014		2015		2016			
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
92	1332,767	86	1197,534	88	1147,392	82	983,834				
AI TENACE		AL PRUDENTE		TEMERARIO		INESTIMABILE					

TOTALE KM AL 31/12/2015

28538,062

TOTALE PRESENZE AL 31/12/2015

2091

La mia storia

Totale Km effettuati al 31/12/2015	Km	28538,062
Totale Presenze alle gare al 31/12/2015	n°	2091
Totale 1/2 Maratone al 31/12/2015 da 1:42 a	n°	147
Totale Maratone al 31/12/2015	n°	72
Totale 100 Km al 31/12/2015	n°	6
Totale Pistoia /Abetone al 31/12/2015	n°	14
Totale ULTRA Maratone --- OLTRE 50 KM --- al 31/12/2015	n°	28

la mia storia podistica nasce " per caso " dall'avermi fatto convincere da un amico di lavoro (Leporatti Roberto) a partecipare ad una passeggiata Domenicale alla gara podistica " **da Oste al Barone** " a Montemurlo (PO) dove la sua Società Sportiva vinse una Porchetta classificandosi 1° Società con più partecipanti e tutti fummo invitati ad un pomeriggio di FESTA dove capii che l'AGGREGAZIONE tra persone è una cosa molto importante e così poi.... mi iscrissi alla Società sportiva che si chiamava polisportiva Bacchereto poi finita purtroppo

perché fecero entrare l'INVIDIA tra ATLETI.

E così mi trovai ad un BIVIO con la voglia di correre che mi era entrata nelle vene e la Società Bacchereto che aveva chiuso i battenti e non sapevo se iscrivermi con altre società oppure creare qualcosa d'importante per il podismo PRATESE e fu così che come per molti lo è il "VIZIO del FUMO" per me è diventato un "VIZIO di Dipendenza Sportiva".

E così con la mia vena creativa e armato di una grande Passione per questo meraviglioso SPORT dove ognuno si misura con se stesso riuscii a Fondare "la Podistica Pratese a.s.d." che oggi ha oltre 76 atleti ma ogni anno ha un giro di oltre 140 atleti. Sono un'atleta che preferisco le "LUNGHE DISTANZE" dove riesco a immergermi nella natura. Sia i nostri tesserati che le loro famiglie con il tempo hanno saputo apprezzare i valori dell'AMICIZIA e dello Sport che sono riuscito a infondere e a coniugare le esigenze dei giovani e anziani in "anni da ricordare" e bellissimi momenti di vita vissuti in compagnia. Con il passare degli anni molti atleti hanno lasciato un'impronta nella storia della nostra società e molti altri le impronte le lasciano giornalmente prodicandosi "a tutta disponibilità" nelle molteplici iniziative che propongo annualmente

SPERO CHE IN FUTURO I TANTI AMICI MI RICORDERANNO PER QUALCOSA CHE HO FATTO DI BELLO

Sono un'atleta che piace conoscere l'ITALIA e allargare le proprie amicizie Sportive e sempre disponibile a conoscere altre Società per creare gemellaggi e amicizie sportive che a volte sono più belle di tante altre cose futili e passeggiare ...

Le mie IMPRESE senza fare mai un' ALLENAMENTO ma soltanto GARE

Impresa		Km	Tempo	Osservazioni
1992	Maratonina di Pistoia	21,097	1.47	
	Maratonina di Prato	21,097	1.43	Miglior tempo
	Fognano -Ponte Rigoli (Acquerino)	27	2.54	
	12 x 1 ora in pista	12,800	0,60	
<hr/>				
1993	100 Km Passatore -Firenze / Faenza	100	16.07	
	Pistoia / Abetone	53	6.50	
	Maratona del Mugello	42,195	4.19	
	Maratona di Firenze	42,195	3.56	
<hr/>				
1994	Maratona del Mugello	42,195	3.59	
	12 x 1 ora in pista	12:400	0,60	
	Maratona dei TRE Comuni Bologna	42,195	3.52	
<hr/>				
1995	8 ore di Coreglia Antelminelli Lucca	64,500	8.00	
	Pistoia / Abetone	53	6.22	Miglior Tempo
	Maratona del Mugello	42,195	4.42	
	Maratona di Venezia	42,195	4.02	

1996	8 ore di Coreglia Antelminelli Lucca
	Maratona di Losanna SVIZZERA
	Maratona di Firenze

80	8.00	Class. 8° su 116 partenti
42,195	4.28	
42,195	4.10	

1997	8 ore di Coreglia Antelminelli Lucca
	Maratona di Roma
	Maratona del Tricolore R.Emilia
	Fognano -Ponte Rigoli (Acquerino)
	Pistoia / Abetone
	Maratona del Mugello
	12 x 1 ora in pista
	Maratona dei TRE Comuni Bologna
	Maratona di Monaco (MONTECARLO)

66	8.00	
42,195	4.30	
42,195	3.51	
27	3.01	Class. 101°
53	6.34	
42,195	3.57	
12,400	0,60	
42,195	3.49	Miglior tempo- con CRAMPI
42,195	4.29	

1998	Maratona di Vigarano
	Maratona di Roma
	8 ore di Coreglia Antelminelli Lucca
	Pistoia / Abetone
	Fognano -Ponte Rigoli (Acquerino)
	Maratona del Piceno - Grottazzolina
	Maratona del Mugello
	12 x 1 ora in pista
	Maratona di Losanna SVIZZERA
	Maratona dei TRE Comuni Bologna
	Maratona di Firenze

42,195	4.13	
42,195	4.12	
68	8,00	
53	6.32	
27	2,44	Class. 96°
42,195	4.11	
42,195	4.03	
12,800	0,60	
42,195	3.52	
42,195	4.16	
42,195	4.06	

1999	Maratona di Roma
	Maratona di Napoli
	Maratona del Piceno - Grottazzolina
	Maratona del Mugello
	Maratona di Venezia
	Fognano -Ponte Rigoli (Acquerino)
	Pistoia / Abetone
	12 x 1 ora in pista
	Maratona del Millenium 31 Dicembre ASSISI

42,195	4,17	
42,195	4.14	
42,195	4,46	
42,195	4,19	
42,195	3,53	
27	3,11	
53	6,38	
13,600	0,60	Miglior tempo in Pista
42,195	5,17	fatta con moglie

2000	8 ore di Coreglia Antelminelli Lucca
	Maratona dei 2 Laghi - Como
	Maratona di Parigi FRANCIA
	Pistoia / Abetone
	100 Km Passatore -Firenze / Faenza
	Maratona del Mugello
	Maratona di Losanna SVIZZERA

47	8,00	
42,195	4,43	Accompagnato Beriola E.
42,195	4,10	
53	8,1	
100	12,41	
42,195	4,25	
42,195	3,56	

Maratona di Monaco (MONTECARLO)
Maratona di Pisa
Fognano -Ponte Rigoli (Acquerino)
8 ore di Capraia Fiorentina

10		Annullata x Alluvione
42,195	4,09	
27	2,13	
53,950	8,00	



2001	Maratona di Pisa
	100 Km Passatore -Firenze / Faenza
	Pistoia / Abetone
	Maratona di Roma
	Maratona di Monaco (MONTECARLO)
	Maratona del Mugello
	Maratona Alpina di Schio Vicenza
	8 ore di Capraia Fiorentina
	24 ore di Castiglion Fiorentino
	Maratona dei TRE Comuni Bologna
	Maratona di Firenze

42,195	3,59	
100	12,10	Miglior tempo
53	6,41	
42,195	5,18	Accompagnato Leone Gabr.
42,195	4,25	
42,195	3,55	
42,195	11,18	Accompagnato Gianna
58,100	8,00	
120,792	24,00	
42,195	3,57	
42,195	4,07	



2002	100 Km Passatore -Firenze / Faenza
	Maratona di Torino
	Maratona di Firenze
	Pistoia / Abetone
	Maratona del Mugello
	Maratona di Roma
	da Piazza a Piazza

100	12,36	
42,195	4,02	
42,195	4,14	
53	6,31	
42,195	4,25	
42,195	4,12	
83	14,37	Miglior tempo



2003	Maratona di Torino
	Maratona di Prato Marathon
	Maratona di Firenze

42,195	5,09	Accompagnato Barcacci G.
42,195	4,24	
42,195	4,23	



2004	Maratona di Plitvice CROAZIA
------	------------------------------

42,195	4,41	
--------	------	--



2005	100 Km Passatore -Firenze / Faenza
	Maratona Prato / Boccadirio
	8 ore di Capraia Fiorentina
	Pistoia / Abetone

100	14,01	
42,195	4,44	
39,425	8,00	venivo da infortunio
50	7,09	



2006	12 x 1 ora in pista
	Maratona del Mugello
	8 ore di Capraia Fiorentina

11,200	0,60	
42,195	4,24	
52,275	8,00	



2007	Pistoia / Abetone
	Maratona Prato / Boccadirio
	8 ore di Capraia Fiorentina

50	6,45	
42,195	5,02	
50,230	8,00	

2008	Maratona di MALTA
	Maratona di Monaco (MONTECARLO)
	Maratona Prato / Boccadirio
	8 ore di Capraia Fiorentina
	Maratona di Firenze

42,195	4,29	
42,195	4,49	
42,195	5,03	
50,424	8,00	
42,195	4,36	

2009	Maratona di Verona
	Strasimeno
	da Piazza a Piazza
	100 Km Passatore -Firenze / Faenza
	Pistoia / Abetone
	8 ore di Capraia Fiorentina
	Maratona di Lucca
	Maratona di Palermo
	Maratona di Firenze

42,195	4,59	
58,7	7,49	
83	17,00	
100	13,59	
50	7,22	
49,615	8,00	
42,195	5,15	
42,195	5,09,30	
42,195	4,57	

2010	Maratona di MARRAKECH
	Pistoia / Abetone
	Maratona di Lubjana (SLOVENIA)
	da Piazza a Piazza
	il Miglio
	Maratona di Firenze

42,195	5,24	
50	7,47	
42,195	5,14	
83	20,00	
4,609	7,36	
42,195	4,33	

2011	da Piazza a Piazza
	Maratona di Firenze

83	18,00	
42,195	5,09	

2012	Maratona di Malta
	Maratonina di Tavarnelle
	Maratonina di Pistoia
	Maratonina di Prato
	Piazza a Piazza
	Pistoia-Abetone
	Maratona del Pinone in Montagna
	Miglio
	Maratona del Mugello
	Maratona di Budapest
	Maratona di Lucca
	Maratona di Firenze

42,195	5,20	26-feb
21,097	2,36	27-feb
21,097	2,21	28-feb
21,097	2,33	01-mar
75	18,00	02-mar
50	8,09	03-mar
42,195	6,11	04-mar
mt.1609	'7,59	05-mar
42,195	5,34	06-mar
42,195	5,24	07-mar
42,195	4,45	08-mar
42,195	5,17	09-mar

2013	Cronocaserana
	Maratonina di Tavarnelle
	Maratonina di Pistoia
	Maratonina di Prato
	Maratona di Salonicco (GRECIA)
	Piazza a Piazza
	Pistoia-Abetone
	Miglio
	Maratonina Maddalena-Caprera
	Maratona di Firenze

5	0,30,47	05-gen
21,097	2,38	17-mar
21,097	2,30	24-mar
21,097	2,27	01-apr
42,195	5:45	21-apr
75		11-mag
50	8:28	30-giu
1,609	7:54:00	11-set
21,097	2.36.29	22-set
42,195	5,38,51	24-nov

2014	1° Gennaio Cascine Tavola
	Cronocaserana
	Maratonina di Cecina da Canello a Canello
	Ultra Maratona di Quarzazate DESERTO
	Maratonina di Prato
	Piazza a Piazza
	Passatore (fino al Passo della Colla)
	Pistoia-Abetone
	Miglio Pratese
	Maratonina Choco Marathon Perugia
	Maratonina dei 6 ponti Agliana
	Maratona di Firenze

7,5	0,48,29	01-gen
5	31,08	04-gen
21,097	2,32,56	05-gen
30	4,45,48	16-mar
21,097	2,29,39	21-apr
75	19,45	10-mag
50	7,44,50	24-mag
50	8,08,58	29-giu
1,609	8,04,6	06-set
21,097	2,42,00	26-ott
21,097	2,35,15	02-nov
42,195	5,38,08	30-nov

2015	1° Gennaio Cascine Tavola
	Maratonina di Napoli
	Maratonina di Pistoia
	Maratonina di Prato
	Piazza a Piazza
	Maratonina di Formentera / IBIZA
	1/2 Maratona di Madalena-Caprera
	Miglio Pratese
	Maratona di Bangkok (Thailandia)

7,5	0,47,15	01-gen
21,097	2,42,11	15-gen
21,097	2,36,03	22-mar
21,097	2,48,29	01-apr
75		10-mag
21,097	2,34,33	17-mag
21,097	2,52,14	19-set
1,609	8,06,80	03-ott
42,195	6,40,46	15-nov