

la mia Storia Podistica

Portofranco Felice

ha percorso i primi chilometri con i nostri colori sociali il **9 Luglio 1998** alla gara " **Candeglia** " (PT) percorrendo **Km 10** e poi:

1997		1998		1999		2000		2001	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
		34	480	69	929	64	738	83	1235,469
		SPORTIVO		ESPERTO		SAGGIO		PACIFICO	
2002		2003		2004		2005		2006	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
54	656,989	33	230	46	244,600	13	155,541	74	917,483
EQUILIBRATO		PRECISO		PREMUROSO				MODERATO	
2007		2008		2009		2010		2011	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
64	844,138	64	989,380	60	1004,388	30	440,098	48	692,392
COSTANTE		INCONFONDIBILE		DETERMINATO		LABORIOSO		INALTERABILE	
2012		2013		2014		2015		2016	
Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi	Presenze	Km percorsi
52	619,497	73	1149,419	65	1064,564	50	800,489		
INFORMATO		STORICO		PRUDENTE		INFRANGIBILE			

TOTALE KM AL 31/12/2015

13191,447

TOTALE PRESENZE AL 31/12/2015

976

La mia storia

La mia partecipazione ad una corsa è stata nel 1990, al mio paese di nascita Zungoli (AV) senza avere alcuna conoscenza nel campo della corsa e mi classificai 3° Assoluto.

Due anni dopo incominciai ad allenarmi con un'amico podista di Montemurlo Piero Lucarini che tutti i Pratesi e non solo conoscono bene ed in seguito con un gruppetto di 4-5 ragazzi facevamo degli allenamenti di 2 o 3 ore e fu così che partecipai alla mia prima Maratona nel 1993 a Vigarano e senza aver fatto neanche una mezza maratona e la chiusi in 3:54 e rimasi affascinato dall'Evento.

Nel 1995 ho partecipato alla Maratona di Firenze e la portai a termine in 3:27 facendo il mio REKORD personale nella Maratona.

La malattia di correre non mi è mai passata e ancora oggi corro e mi DIVERTO.....

Le mie IMPRESE

Impresa		Km	Tempo	Osservazioni
1997	Maratona dei TRE Comuni Bologna	42,195	4,16	
1999	Maratona di Roma	42,195	4,11	
	Maratona di Napoli	42,195	3,57	Miglior tempo
	Maratona di Grottazzolina ASCOLI P.	42,195	4,16	
	Maratona di New York	42,195	4,17	class. 14630° su 32000

2000	8 ore di Capraia Fiorentina	45,650	8	
------	-----------------------------	--------	---	--

2001	Maratona di Roma	42,195		
------	------------------	--------	--	--

2002	Maratonina di Tavarnelle val di Pesa	21,097		
	Maratonina di Prato	21,097		
	Maratona di Roma	42,195	4,14	class. 3576°

2003				
------	--	--	--	--

2004				
------	--	--	--	--

2005	Maratonina di Agliana -6 ponti	21,097	1,58	
	Maratonina di Livorno	21,097	1,59	
	Maratonina di Bastia Umbra	21,097	2,05	

2006	Maratonina di Pistoia	21,097	1,51	
	Maratonina di Prato	21,097	1,57	
	Maratonina di Tavarnelle val di Pesa	21,097	1,52	
	8 ore di Capraia Fiorentina	43,575	8	
	Maratonina di Agliana -6 ponti	21,097	1,56	
	Maratonina di Bastia Umbra	21,097	1,53	

2007	Maratonina di Pistoia	21,097	1,46	
	Maratonina di Tavarnelle val di Pesa	21,097	1,49	
	Maratonina di Prato	21,097	1,44	Miglior tempo
	Pistoia / Abetone	50	6,45	
	Maratona Prato / Boccadirio	42,195	5,02	
	8 ore di Capraia Fiorentina	60,995	8	
	Maratonina di Agliana -6 ponti	21,097	1,45	

2008	Maratona di MALTA	42,195	4,29	
	Maratonina di Prato	21,097	2,03	
	Maratona di Monaco (MONTECARLO)	42,195	4,49	
	Maratonina di Tavarnelle val di Pesa	21,097	1,50	
	Maratonina di Bonelle	21,097	1,57	

Maratona di Suviana
Maratona Prato / Boccadirio
8 ore di Capraia Fiorentina
Maratonina di Agliana -6 ponti
Maratona di Livorno
Maratona di Firenze

42,195	4,22	
42,195	4,40	class. 77°
54,572	8	
21,097	2,02	
42,195	4,13	
42,195	4,36	

2009	Maratona di Verona
	Maratona di Salsomaggiore
	Maratona del Strasimeno
	Maratona di Roma
	Maratonina di Tavarnelle val di Pesa
	Maratonina di Prato
	Maratona Prato / Boccadirio
	Maratonina di Bonelle
	Maratona di Sommacampagna
	Maratona di Suviana
	8 ore di Capraia Fiorentina
	Maratona di Lucca
	Maratonina di Agliana -6 ponti
	Maratona di Firenze

42,195	4,19	
42,195	4,16	
42,195	4,24	
42,195	4,53	
21,097	1,48	
21,097	1,48	
42,195	4,55	
21,097	1,58	
42,195	4,42	
42,195	5,10	
60,935	8	
42,195	4,10	
21,097	1,45	
42,195	4,30	

2010	Maratonina di Prato
	Pistoia / Abetone
	Volterra S. Cimignano
	il Miglio
	Maratonina di Agliana -6 ponti
	Maratona di Firenze

21,097	1,47	
50	7,23	
30	2,47	
1,609	6,57	
21,097	1,56	
42,195	4,53	

2011	Maratonina di Empoli
	Maratonina di Prato
	Piazza a Piazza
	Maratonina di Rimini
	Maratonina di Agliana -6 ponti
	Maratona di Firenze

21,097	1,50	
21,097	1,57	
83	16,40	andata 11,45 rit 4,55
21,097	1,52	
21,097	1,57	
42,195	4,41	

2012	Maratonina di Tavarnelle
	Maratonina di Pistoia
	Maratonina di Prato
	Miglio
	Maratonina 6 ponti Agliana

21,097	2,00	18-mar
21,097	1,54	25-mar
21,097	1,56	09-apr
mt 1609	'6,53	12-set
21,097	1,49	04-nov

2013	Cronocaserana
-------------	---------------

5	0,23,21	05-gen
---	---------	--------

Maratonina di Tavarnelle
Maratona di Ferrara
Maratonina di Prato
Maratona di Salonicco (GRECIA)
Maratonina di Bonelle (PT)
Piazza a Piazza
8 x 1 ora Pista
Maratona di Suviana
Pistoia-Abetone
Miglio
Maratonina Maddalena-Caprera
Maratona di Firenze
Maratona di Pisa

21,097	1,55	17-mar
42,195	4,50	24-mar
21,097	1,50	01-apr
42,195	4:56	21-apr
21,097	1:49,05	25-apr
75		11-mag
11,6		18-mag
42,195	4:48,12	09-giu
50	6:32,59	30/6 Miglior Tempo
1,609	7,03,2	11-set
21,097	1,48,31	22-set
42,195	4,42,15	24-nov
43,195	4,34,43	15-dic

2014	1° Gennaio Cascine Tavola
	Maratonina di Cecina da Canello a Canello
	Maratona di San Valentino TERNI
	Maratona di Brescia
	Maratona di Roma
	Colle-Marathon
	100 Passatore (Ritirato al passo della Colla)
	Pistoia/Abetone
	Miglio Pratese
	Maratonina Maddalena-Caprera
	Choco Marathon Perugia
	Tourin Marathon
	Maratona di Firenze

7,5	35,45	01-gen
21,097	1,54,49	05-gen
42,195	4,57,41	16-feb
42,195	4,55,06	09-mar
42,195	4,43,46	23-mar
42,195	4,49,53	04-mag
50	7,20,39	24-mag
50	8,08,58	29-giu
1,609	7/11/1	06-set
21,097	1,57,25	21-set
42,195	4,48,13	26-ott
42,195	4,27,01	16-nov
42,195	4,48,41	30-nov

2015	1° Gennaio Cascine Tavola
	Maratona di Napoli
	Maratonina di Prato
	Maratona di Rimini
	6 ore del Donatore di Arezzo
	Maratona di Suviana
	Pistoia/Abetone
	Maratona del Presidente
	1/2 Maratona di Maddalena - Caprera
	Maratona di Lucca
	Maratona di Firenze
	Maratona di Pisa

7,5	0,36,41	01-gen
42,195	4,38,41	15-gen
21,097	2,49,03	01-apr
42,195	4,51,33	26-apr
44,223	6	10-mag
42,195	6,03,33	07-giu
50	7,18,29	28-giu
42,195	4,32,50	13-set
21,097	2,01,17	19-set
42,195	4,22,19	25-ott
42,195	4,35,47	29-nov
42,195	4,44,09	20-dic