

Atletico Arluno Running - Calendario sociale 2018

Data	Ritrovo in comune	Partenza in loco	Coefficiente gara	Luogo	Nome della Corsa	Distanze (km)	Costo		
							con	senza	
gennaio	7	9,30	9,30	Allenamento	Arluno	All. Mezza del Castello	6 medio + 2x4000 RG con 3' rec		nessuno
	14	7,30	8,30	Silver	Casorate Primo	StraCasorate	7 - 14 - 21	5 €	2,5 €
	21	9,00	9,30	Allenamento	Magenta	All. Mezza del Castello	12 lento + 3 medio + 3 RG	nessuno	
	28	9,30	9,30	Allenamento	Arluno	All. Mezza del Castello	2x5000 RG con 3' rec	nessuno	
febbraio	4	da confermare		Silver	Magenta	StraMagenta	10	6 €	
	11	7,45	8,30	Gold	Abbiategrasso	Salamellando con l'Avis	7 - 11 - 14 - 17 - 21	5 €	2,5 €
		8,30	9,30	Event	Vittuone	Mezza del Castello	21,097	20 €	
	18	8,00	10,00	Trail experience	Arsago Seprio (VA)	Trail di Bozz	25 (450 D+) - 13	15 € entro 31/1	
25	da confermare		Bronze	Arluno	6h con l'Abbraccio	6x1h - 2x3h - 1x6h	variabile		
marzo	4	7,30	8,30	Gold	Abbiategrasso	Corriamo per l'Hospice	7 - 14 - 22	5 €	2,5 €
	11	da confermare		Silver	Motta Visconti	Tra girasc e scaron	7 - 15 - 20	5 €	2,5 €
	18	da confermare		Bronze	Robecco S/N	StrAvisina	7 - 13	5 €	2,5 €
		7,45	9,30	Bronze	Vigevano (PV)	Scarpa D'Oro	5 - 10 - 21,097	variabile	
	25	9,00	9,00	Allenamento	Arluno	Allenamento	da definire	nessuno	
aprile	2	8,15	9,00	Gold	Casterno	Marcia dei ciliegi in fiore	5,5 - 13 - 20	5 €	2,5 €
	8	7,00	9,30	Event	Milano	Milano Marathon	staffetta - 42,195	variabile	
	15	9,00	9,30	Allenamento	Arluno	Corsa di scarico post maratona	10	nessuno	
	22	6,30	9,30	Gold	Sarnico (BS)	Sarnico - Lovere	25	variabile	
	25	7,30	8,30	Gold	Besate	Marcia di Primavera	7 - 15 - 20	5 €	2,5 €
	29	9,30	9,30	Allenamento	Arluno	All. a gruppi nel Roccio	10 - 15 - 20	nessuno	
maggio	6	8,45	9,30	Allenamento	Milano	All. a gruppi al Montestella	da definire	nessuno	
	13	da confermare		Silver	Rosate	Rusaball	7 - 13 - 21	5 €	2,5 €
	19	NO	variabile	Event	Vittuone	12x1 ora in pista	-	10 €	
	27	7,30	9,00	Gold	Gavirate (VA)	Camminata intorno al lago di Varese	6 - 13 - 18 - 28	da definire	
	29	19,30	20,20	Silver	Carpenzago	Marcia de La Tigre	3,5 - 7,5	5 €	2,5 €