

SETTEMBRE

35) Domenica 6 Settembre
AVIS AIDO Arcola
29ª Marcia Arcolana
"INSIEME SULLA STRADA DEI VINI"
percorsi: Km. 7 - 12 partenza: ore 8.30
da: Villa Picedi - Baccano di Arcola
responsabile: Alberto Lupi
tel. e fax: 0187.954035

37) Domenica 13 Settembre
AVIS-AIDO Lenci • P.A. & Com.La Parr.
20ª Marcia "Tra i sentieri nel verde"
14ª Memorial "Gaetano Roncalli"
10ª Memorial "Gaetano Campi"
percorsi: Km. 9 - 15 partenza: ore 8.30
da: Lenci - P.zza Baogalupi (Comune)
responsabile: Dr. Roberto Cortese
tel. e fax: 0187.965511

39) Domenica 27 Settembre
Croce Rossa Riccò del Golfo
3ª Marcia "Corri nel bosco di Polverara"
percorsi: Km. 6 - 12 partenza: ore 8.30 da: Area Festa di Polverara
responsabile: Alessandro Gentilini • tel.: 0187.925575 fax: 0187.926237

OTTOBRE

40) Domenica 4 Ottobre
A.S.D. Polisportiva Montisola
Trofeo "DELLA ROCCA BRUNO"
percorsi: Km. 6 - 12 partenza: ore 8.30 da: Forte di Montalbano
responsabile: Pietro Castellini • tel.: 328.4539218

41) Domenica 11 Ottobre
Gruppo Città di Genova fil. Levanto
10ª Marcia "Stralevanto"
percorsi: Km. 6 - 12 partenza: ore 8.30 da: Forte di Montalbano
responsabile: Pietro Castellini • tel.: 328.4539218

Domenica 18 Ottobre
GITTA SOCIALE A CURA DEL COMITATO MARCE

42) Domenica 25 Ottobre
IV CircoSor. La Spezia Est & CCM
14ª Marcia "Tra i quartieri nel verde"
percorsi: Km. 7 - 13 partenza: ore 8.30 da: Parco della Maggolina La Spezia
responsabile: CCM • tel. e fax: 0187.712211

DIECI BUONI MOTIVI PER CAMMINARE INSIEME

- 1 DIMINUISCE LO STRESS
- 2 MIGLIORA LA MENTE
- 3 NORMALIZZA I GRASSI
- 4 MIGLIORA IL CUORE
- 5 RIDUCE L'IPERTENSIONE
- 6 FAVORISCE L'ATTIVITÀ RESPIRATORIA
- 7 ALLIMENTA LA MINERALIZZAZIONE OSSEA
- 8 CONTRASTA L'INSONNIA
- 9 RENDE PIÙ ALLEGRI
- 10 ALLUNGA LA VITA

IL GUSTO DI CAMMINARE
RISCORPI NEL VERDE



NOVEMBRE

43) Domenica 1 Novembre
Circolo ARCI Valdellora La Spezia
5ª Marcia "VALDELLORESE"
percorsi: Km. 7 - 14 partenza: ore 9.00 da: Valdellora Circolo ARCI
responsabile: Sauro D'imporzano • tel.: 0187.506254

44) Domenica 8 Novembre
Comune di Maissana
8ª Marcia "DELLE CASTAGNE"
percorsi: Km. 7 - 12 partenza: ore 9.00 da: Ossegna di Maissana
responsabile: Ass. Sig. Giovanni Nicora • tel.: 0187.845617 fax: 0187.845606

45) Domenica 15 Novembre
P.G.S. MARCE LA SPEZIA
26ª Marcia P.G.S. "INSIEME IN MODO NUOVO"
percorsi: Km. 8 - 14 - 25 partenza: ore 8.00 da: Oratorio Don Bosco - SP
responsabile: Maurizio Godani • tel.: 0187.738533

46) Domenica 22 Novembre
Unione Sportiva Giulio Beverini 1902
14ª Marcia "DELLA BRUSCHETTA"
percorsi: Km. 8 - 13 - 21 partenza: ore 9.00 da: loc. Rebocco - Via Montalcone - SP
responsabile: Rosanto Mirando • tel. e fax: 0187.711308

Sabato 28 Novembre

Presentazione Nuovo Calendario Marce
anno 2010

DICEMBRE

47) Domenica 13 Dicembre
Gruppo Podistico Le Sbarre
28ª Marcia "TITIGNANESE"
percorsi: Km. 2 - 6 - 12 - 21 partenza: ore 8.15 da: Tignano - Cascina (Pl)
responsabile: Piero Cervelli • tel. e fax: 050.772858

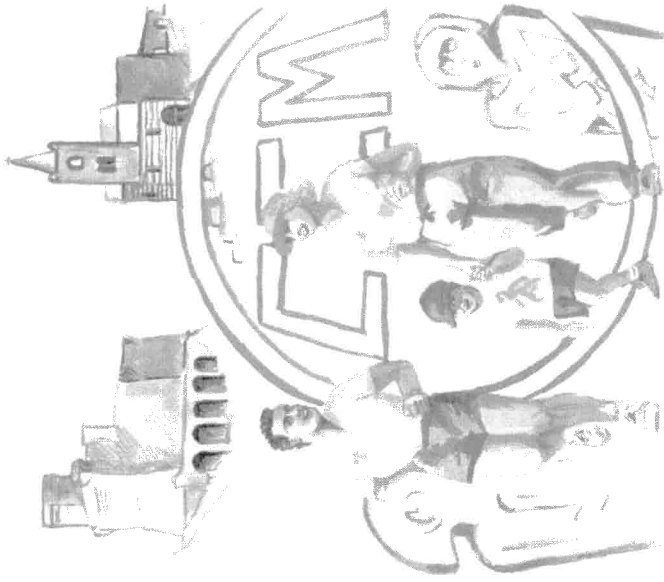


Comitato di Coordinamento Marce non Competitive
della Spezia e Lunigiana

- ANNO DI COSTITUZIONE 1983 -

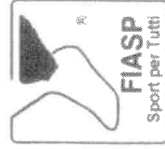
- SEDE SOCIALE -
via dei Pioppi, 4 - Palazzina ex Arcimboldo
loc. Pegazzano - 19123 La Spezia
Tel./Fax 0187 712211

APERTURA SEDE nel giorno di lunedì
Orario invernale dalle ore 17.00 alle 18.00
Orario estivo dalle ore 18.00 alle 19.00



COMITATO COORDINAMENTO MARCE
LA SPEZIA E LUNIGIANA

COMITATO PROVINCIALE F.I.A.S.P.
FEDERAZIONE ITALIANA AMATORI SPORT PER TUTTI



XXVII Edizione

Calendario Marce
Anno 2009

GENNAIO

- 1) Domenica 4 Gennaio**
 CCM La Spezia e Lunigiana
15° "CORRIPEGAZZANO"
 "Marcia dell'Epifania"
5° Memorial "PERMANLIO BIBIANO"
 percorsi: Km. 7-14 partenza: ore 9.00
 da: Via dei Poppi - loc. Peggazzano (SP)
 responsabile: CCM
 tel. e fax: 0187.712211
- 2) Domenica 11 Gennaio**
 Polisport. Dilett. ARCI FAVARO - SP
12° Edizione
"MARCIA CON I'ARCI"
 percorsi: Km. 7-14 partenza: ore 9.00
 da: Via Oldini, 8 - loc. Favaro (SP)
 responsabile: Roberto Scordamaglia
 tel.: 330.436089 (Sig. Scordamaglia)
 tel. e fax: 0187.712211
- 3) Domenica 18 Gennaio**
 ARCI GRISEI - SARZANA
5° Marcia
"CAMMINIAMO INSIEME"
 percorsi: Km. 7 - 15 - 22 part.: ore 8.30
 da: Vicolo Turf, 61 - SARZANA (SP)
 responsabile: Daniela Baratta
 tel.: 0187.626881 fax: 0187.627363
 e-mail: arcigrisei@alice.it
- 4) Domenica 25 Gennaio**
 AVIS COMUNALE ORTONOVO
5° Marcia
"ORTONOVO E DINTORNI"
 percorsi: Km. 6 - 14 partenza: ore 9.00
 da: Ortonovo paese
 responsabile: Mirco Ferrari
 tel. e fax: 0187.661732
 cell.: 339.6944906

FEBBRAIO

- Domenica 1 Febbraio**
TRADIZIONALE GIORNATA DEL MARCIATORE
PREMIAZIONE ISCRITTI AL PALIO DEL MARCIATORE "ANNO 2008"
26° DALLA FONDAZIONE Convivio Sociale
 Seguirà programma manifestazione
- 5) Domenica 15 Febbraio**
 ATLETICA PORCARI
25° Edizione
"PORCARI CORRE"
 percorsi: Km. 3 - 5 - 12 - 17 - 20 - 25
 percorsi: ore 8.00 / 8.30
 da: Piazza degli Alpini - Porcari (LU)
 responsabile: Gino Diotallevi
 tel. e fax: 0583.298120
C I T T A S O C I A L E

- 6) Domenica 1 Marzo**
 CROCE ROSSA Ricco del Golfo
12° Marcia
"ANTICHI BORGHI DI RICCO"
 percorsi: Km. 8-16 partenza: ore 9.00
 da: Sede Croce Rossa di Ricco del Golfo
 responsabile: Alessandro Genittoni
 tel.: 0187.925575 fax: 0187.926237
- 7) Domenica 8 Marzo**
 G.P. Golfo dei Poeti MG Sport
16° Marcia
"FESTA DELLA MIMOSA"
 percorsi: Km. 4-7-13
 partenza: ore 8.30
 da: Palestra di San Terenzo
 responsabile: Massimiliano Ercolini
 tel.: 0187.523849

- 8) Domenica 15 Marzo**
 Frecchia Azzura S. Stefano di Magra
5° Marcia "Camminando lungo il fiume Magra"
 percorsi: Km. 8-16
 partenza: ore 8.30
 da: Terrostruttura "Romolo Conti" responsabile: Eugenio Ghinetti
 tel.: 0187.699510 (Sig. Ghinetti)
- 9) Domenica 22 Marzo**
 P.G.S. MARCE LA SPEZIA
6° Marcia "Nel Parco Nazionale delle Cinque Terre"
 percorsi: Km. 5-8-18-25
 partenza: ore 8.30/9.00
 da: Palestra Scuola Media di Romagnore
 responsabile: Maurizio Godani
 tel.: 0187.738533 (Sig. Godani)

- 10) Domenica 29 Marzo**
 A.S.D. Gruppo Podistico Croce d'Oro Prato
12° Marcia "UN PO' IN POGGIO"
 percorsi: Km. 5 - 10 - 16 - 22 - 31
 partenza: ore 8.00/9.00
 da: Piazza Mercatale (Prato)
 responsabile: Umano Massai
 tel.: 333.9813262

CITTALE SOCIALE

APRILE

- 11) Domenica 5 Aprile**
 Ass. Sportiva Mangia Trekking
5° Marcia "Escursionisti nella Valle del Mangia" percorsi: Km. 6-14
 partenza: ore 8.30/9.00
 da: Mangia Centro Escursioni di Sesta Godano (SP)
 responsabile: Lorella - 338.4607389
 e-mail: mangiatrekking@libero.it
- 12) Domenica 19 Aprile**
 Comitato U.I.S.P.
26° Edizione
"VIVICITTA' 2009"
 percorsi: Km. 4 per 3 volte
 partenza: ore 10.30
 da: Viale Mazzini (SP)
 responsabile: Umberto Catani
 tel.: 0187.501056 fax: 0187.501775
- 13) Sabato 25 Aprile**
 A.S.D. Polisportiva Montisola
29° Trofeo
"CADUTI DELLA RESISTENZA"
 percorsi: Km. 6 - 14 - 20
 partenza: ore 8.30
 da: Forte di Montalbano (SP)
 responsabile: Pietro Castellini
 tel.: 328.4539218 (Pietro Castellini)
- 14) Domenica 26 Aprile**
 G.S. ALPINI S. Stefano di Magra
35° Marcia "LA TRIGOLA"
"SUI SENTIERI DELLA RESISTENZA"
 percorsi: Km. 7 - 12
 partenza: ore 9.00
 da: Via Brigate Alpine, 1 S. Stefano M.
 responsabile: Franco Bedini
 tel.: 0187.630768 (Sig. Bedini)

MAGGIO

- 15) Venerdì 1 Maggio**
 Milan Club - Vezzano Ligure
25° Marcia "Vezzanese Rossinera"
24° Trofeo "Giovanni Pellicani"
15° Memorial "Rino Ferrari"
 percorsi: Km. 6 - 12 - 18
 partenza: ore 8.30
 da: Piazza del Popolo Vezzano L. (SP)
 responsabile: Alberto Pellicani
 tel.: 0187.699848 fax: 0187.697075
- 16) Domenica 3 Maggio**
 P.G.S. MARCE LA SPEZIA
9° Marcia
"DOI PASSI A RIA"
 percorsi: Km. 8 - 15 - 20
 partenza: ore 8.30
 da: Palestra Scuole Medie Le Grazie
 responsabile: Maurizio Godani
 tel.: 0187.738533 (Sig. Godani)
- 17) Sabato 9 Maggio**
 Ass. "Amici del Pavone" Sarzana
15° Marcia
"GRUPPO AMICI PAVONE"
 percorsi: Km. 1 - 6 - 10 - 22
 partenza: ore 16.00
 da: "Ist. Immacolata Pavone" Sarzana
 responsabile: Marcello Giorgi
 tel. e fax: 0187.622335
- 18) Domenica 10 Maggio**
 AVIS Ameglia G.S. Montenarcello
18° Marcia "Tra fiume collina e mare"
 percorsi: Km. 5 - 16 - 21
 partenza: ore 8.30
 da: Montenarcello (SP)
 responsabile: Alessandro Lazzarini
 tel.: 0187.65565

- 19) Domenica 17 Maggio**
 G.S. AVIS SARZANA
30° Trofeo "AVIS SARZANA"
 percorsi: Km. 6 - 14 - 25 - 60
 part.: ore 7.00 (60 km), ore 8.00/9.00 (altri percorsi)
 da: Fortezza Firmafede Sarzana (SP)
 responsabile: Elisa De Fraia
 tel. e fax: 0187.610844
- 20) Sabato 23 Maggio**
 Oratorio Canaletto
1° Marcia "STELLA MARIS"
 percorsi: Km. 8 - 14
 partenza: ore 16.30
 da: Oratorio Canaletto (SP)
 responsabile: Don Angelo Caviglia
 tel.: 0187.504587 fax.: 0187.502560

- 21) Domenica 24 Maggio**
 U.S. Porto Venere e AVIS Comunale Porto Venere
In collaborazione con Parco Naturale Regionale di Porto Venere
31° Marcia "Camminata Ecologica nel Parco dell'Isola Palmaria"
 percorsi: Km. 6 - 10 - partenza: ore 9.30 / 10.00 - da: loc. Terenzo
 responsabile: Giuseppe Basso - tel.: 0187.790702 (Pubb. Ass.) - fax: 0187.766371
- 22) Domenica 31 Maggio**
 Polisportiva Madonneta
29° Marcia "Tre Mulini della Madonneta"
 percorsi: Km. 5 - 10 - 15 - partenza: ore 8.30 - da: Campo Sport "Mairelli" Ponzano
 responsabile: Luigi Fioravanti - tel.: 334.3024314 (Sig. Casale)

GIUGNO

- 23) Martedì 2 Giugno**
 A.S.D. Polisportiva Montisola
23° Marcia "Festa della Repubblica"
2° Trofeo "Morelli Flavio"
 percorsi: Km. 6 - 14
 partenza: ore 8.30
 da: Forte di Montalbano (SP)
 responsabile: Pietro Castellini
 tel.: 328.4539218 (Sig. Castellini)
- 24) Domenica 7 Giugno**
 G.P. Golfo dei Poeti MG Sport
1° Trofeo
"COMUNE DI BEVERINO"
 percorsi: Km. 8 - 13 - 16
 partenza: ore 8.30
 da: Centro Sportivo di Beverino
 responsabile: Andrea Torracca
 tel.: 0187.523849 (Sig. Torracca)
- 25) Domenica 14 Giugno**
 A.I.D.O. Provinciale e Com. Le La Spezia
36° Marcia Europea della Solidarietà
 A.I.D.O. Provinciale e Comunale
 Trofeo "Cielo e Mare" Città della Spezia
 percorsi: Km. 6 - 12 partenza: ore 8.30
 da: Palasport di Bragantina - SP
 responsabile: A.I.D.O. SP
 tel.: 0187.734164
 fax: 0187.754854
- 26) Domenica 21 Giugno**
 Centro Sociale XXXI Novembre /44
7° MARCIA SUL FIUME
 percorsi: Km. 7 - 14
 partenza: ore 8.30
 da: Battifolle - Sarzana (SP)
 responsabile: Mauro Simonelli
 tel. e fax: 0187.620192
- 27) Domenica 28 Giugno**
 Comune di Maissena (SP) **2° Marcia "ANELLO DEL BENESSERE"**
 percorsi: Km. 7-15 - partenza: ore 9.00 - da: Tavaronne - Maissena (SP)
 responsabile: Il Sindaco di Maissena - tel.: 0187.845617 - fax: 0187.845606

- 28) Domenica 5 Luglio**
 Polisportiva Aquilotti Aulia
37° Edizione
"CIAMPADA AULLESE"
 percorsi: Km. 1 - 6 - 8
 partenza: ore 9.00
 da: Aulia (MS)
 responsabile: Franco Codeluppi
 tel. e fax: 0187.420151
- 29) Domenica 12 Luglio**
 G.S. "Urdo Giovannelli" Mollicciara
23° Marcia dell'Amicizia
13° Trofeo "Francesco Tognoni"
 percorsi: Km. 8 - 15 ca.
 partenza: ore 8.30
 da: Centro Comune La Miniera
 responsabile: Alberto Belloni
 tel. e fax: 0187.674155

- 30) Domenica 19 Luglio**
 Polisportiva "G. Ballerini" Podenziana
29° Trofeo "G. Ballerini"
28° Trofeo del Panigaccio
21° Trofeo "Ciolfi"
 percorsi: Km. 8 ca. partenza: ore 8.30
 da: Parco del Gaggio - Podenziana (MS)
 resp. bil.: Claudio e Giorgio Baldassini
 tel. e fax: 0187.410374
- 31) Domenica 26 Luglio**
 Gruppo Lucciana Podistico
7° Trofeo
"FRESOLI BRUNO"
 percorsi: Km. 3 - 9
 partenza: ore 8.30
 da: Lucciana Nardi (MS)
 responsabile: Adriano Nardini
 tel.: 0187.474234 fax: 0187.4421253

AGOSTO

- 32) Domenica 2 Agosto**
 U.S. Bradia Azzurri Sarzana
 percorsi: Km. 6 - 13 - 18 - partenza: ore 9.00 - da: Campi Sportivi Bradia
 responsabile: Leonardo Montarrese - tel. e fax: 0187.623654
- 33) Domenica 23 Agosto**
 Com. Fest. S. Bartolomeo Apostolo Pitelli
 percorsi: Km. 8 - 16 - partenza: ore 8.00 - da: Pitelli (SP)
 responsabile: Marco Vassalle - tel.: 0187.560436
- 34) Domenica 30 Agosto**
 Amici di Peguni & Ali Sistemis srl
 percorsi: Km. 8 - 12 - partenza: ore 8.00 - da: Campo Sportivo Madrifignano
 responsabile: Luigi Carresi - tel.: 0187.935640
- 11° Trofeo "U.S. Bradia Azzurri"**
 percorsi: Km. 6 - 13 - 18 - partenza: ore 9.00 - da: Campi Sportivi Bradia
 responsabile: Leonardo Montarrese - tel. e fax: 0187.623654
- 32° Marcia "Colli Pitellesi"**

- 12° Memoriale "Franco Babbini"**
 percorsi: Km. 8 - 12 - partenza: ore 8.00 - da: Campo Sportivo Madrifignano
 responsabile: Luigi Carresi - tel.: 0187.935640

MARZO

- 10) Domenica 29 Marzo**
 A.S.D. Gruppo Podistico Croce d'Oro Prato
12° Marcia "UN PO' IN POGGIO"
 percorsi: Km. 5 - 10 - 16 - 22 - 31
 partenza: ore 8.00/9.00
 da: Piazza Mercatale (Prato)
 responsabile: Umano Massai
 tel.: 333.9813262

CITTALE SOCIALE