



SPEC.	RECORD	R M	CM	AM 16-17	JM 18-19	PM 20-22	SM 23-34	SM35	SM40	SM45	SM50	SM55	SM60	SM65	SM70	SM75	SM80
5.000 mt.	<b>15.33.35</b> Stefano Bianco (2017)	21.17.14 Marco Puricelli (2019)			18.32.00 Gregorio Fornarini (2013)	19.37.99 Del Vecchio Loris (2015)	15.47.00 Marco Tiozzo (2001)	15.33.35 Stefano Bianco (2017)	16.13.50 Giancarlo Gobbo (1999)	16.18.07 Gilberto Atzeni (2002)	16.46.05 Marco Brambilla (2019)	18.18.36 Enzo Meneguzzo (2021)	19.17.4 Umberto Golino (1998)	19.48.11 Umberto Golino (2003)	21.34.41 Umberto Golino (2008)		
5KM STRADA	<b>15.48</b> Nicolo' Borona 2022		21.11 Marco Puricelli (2022 Cardano)				15.48 Nicolò Borona 2022 Canegrate	20.26 Matteo Brebbia 2022 Cardano	<b>16.06</b> Simone Toffano (2022 Canegrate)	<b>17.36</b> Giuseppe Digesto (2022 Canegrate)	<b>16.39</b> Marco Brambilla (2022 Canegrate)	<b>18.46</b> Enzo Meneguzzo (2022 Grosseto)		26.22 Gianfranco Crivellaro 2022 Cardano	25.24 Emanuele Balzarini 2022 Canegrate		
10.000 mt. pista	<b>32.14.32</b> Stefano Bianco (2017)						34.44.85 Umberto Porrini (2011, Casorate)	32.14.32 Stefano Bianco (2017, Gavardo)	<b>33.22.0</b> Giancarlo Gobbo (1999, Formia)	35.49.78 Franco Mazzilli (2004, Casorate)	37.58.06 Enzo Meneguzzo (2019, Jesolo)	39.35.23 Enzo Meneguzzo (2021 Catania)	44.31.60 Emanuele Balzarini (2011, Casor.)	42.42.74 Umberto Golino (2004, Casorate)	46.11.80 Umberto Golino (2008, Guanzate)		
10.000 mt. strada	<b>31.31</b> Gilberto Atzeni (2003)			<b>39.58</b> Marco Puricelli (2023 Castano)		35.40 Umberto Primi (2021 Milano-Idroscalo)	33.28 Matteo Raimondi (2007 Milano-Sempione)	31.54 Ronnie Fochi (2015 Seveso)	33.03 Simone Toffano (2020 - Magenta)	31.31 Gilberto Atzeni (2003 - Milano Sempione)	<b>33.57</b> Marco Brambilla (2023 - Castano)	<b>37.54</b> Pierpaolo Pizzolla (2023 Castano)	40.22 Francesco Mazzilli (2019 Magenta)	43.28 Umberto Golino (2004 Firenze)	41.18 Silvano Scandella (2020 Magenta)	49.35 Umberto Golino (2013 Parabiago)	
MEZZA MARAT. 21,097 mt.	<b>1h09.52</b> Stefano Bianco (2016 Busto)				1h26.00 Gregorio Fornarini (2013- Busto)	1h19.21 Umberto Primi (2021 Crema)	1h12.21 Marco Tiozzo (2005-Cressa)	<b>1h09.54</b> Stefano Bianco (2016- Busto)	<b>1h10.37</b> Simone Toffano (2023- Reggio Emilia)	1h12.54 Maurizio Brassini (2013- Busto)	1h20.48 Angelo Fravolini 2015- Arezzo	1h22.24 Francesco Lampugnani (2016 Busto)	1h25.44 Francesco Lampugnani (2019)	1h 31.33 Umberto Golino (2005- Cremona)	1h 42.09 Angelo Cerello (2005- Cressa)	1h49.49 Angelo Cerello 2010- Stresa	2h21.47 Pietro Venturini (2019 Vigevano)
MARAT. 42,195 mt.	<b>2h29.55</b> Stefano Bianco (Brescia 12.3.17)					3h27.28 Del Vecchio Loris (Verbania 2014)	2h 46.44 Marco Maginzali (2003 Milano)	2h29.55 Stefano Bianco (2017 Brescia)	2h31.20 Simone Toffano (2020 Reggio E.)	2h48.40 Giuseppe Digesto (2022 Valencia)	<b>2h54.55</b> Alessandro Baila (2023 Milano)	3h07.00 Pietro Venturini (1998)	3h05.42 Pietro Venturini (1999, Busseto)	3h42.42 Franco Lampugnani 2022 Venezia	6h00.13 Savino Scarano (2017)	4h31.13 Angelo Cerello Bruxelles-2010	
50 km	<b>3h57.09</b> Roberto Vezzaro (Seregno 2016)								3h57.09 Roberto Vezzaro (Seregno 2016)	4h23.38 Roberto Muraro (Salsom. 2022)	5h20.14 Valerio Carpi 2019 CastelBol	4h15.03 Pietro Venturini (1998 Castel Bolognese)					
100 KM	<b>8h31.49</b> Paolo Scatolini (Seregno '17)								9h33.28 Roberto Muraro (Seregno '17)	8h31.49 Paolo Scatolini (Seregno 2017)	14h20.44 Valerio Carpi 2019 Passatore	<b>10h54.38</b> Cesare Garberi Seregno '15					
LUNGO	<b>Mt. 4,78</b> Urban R. (1994)							Mt. 4,51 De Narda Dario 2000)	<b>Mt. 4,78</b> Urban R. (1994)	Mt. 4,59 Urban R. (1998)							
PESO	<b>Mt. 8,78</b> Urban R. (1994)							Mt. 7,25 Marco Ferro 95	<b>Mt. 8,78</b> Urban R. (1994)	Mt. 7,96 Urban R. (1997)			Mt. 8,60 Magnoni V. (1994)				
GIAVELL.	<b>Mt. 33,72</b> Urban R. (1995)								<b>Mt. 33,72</b> Urban R. (1995)	Mt. 32,74 Urban R. (1997)							
TRIPLO	<b>Mt. 6,40</b> Balzarini E. (2023)																<b>Mt. 6,40</b> Balzarini E. (2023)

## DONNE (al 05.04.2023) – RECORD SOCIALI DI CATEGORIA

SPEC.	RECORD	ESORD. F.	SF	SF35	SF40	SF45	SF50	SF55	SF60	SF65	SF70
100 mt.	<b>14.90</b> Martina Dorz (2014)	14.90 Martina Dorz (2014)	16.47 Francesca Crocetti (2013)	16.93 Lara Galasso (2013)	16.21 Simona Lo Cane (2014)	<b>15.21</b> Lorena Strozzi (2013)	19.93 Leopolda Virgis (2019)				
200 mt.	<b>30.5</b> <b>Lorena Strozzi (2011)</b>				30.5 Lorena Strozzi (2011)	38.52 Luana Marzolo (2014)		32.78 Francesca Barone (2014)	43.78 Lorena Soldavini (2021)	50.50 Ornella Bondioni (2021)	<b>50.93</b> <b>Ornella Bondioni (2023</b> <b>Padova)</b>
400 mt.	<b>1.10.80</b> Francesca Barone (2014)	1.14.40 Martina Dorz (2014)			1.25.34 Luana Marzolo (2014)			1.10.80 Francesca Barone (2014)			<b>1.52.91</b> <b>Ornella Bondioni (2023</b> <b>Padova)</b>
800 mt.	<b>2.22.21</b> Silvia Murgia (2008)		2.24.52 Silvia Murgia (2007)	2.22.21 Silvia Murgia (2008)	2.27.85 Lorena Strozzi (2012)	2.46.60 Emanuela Fossa (2011)	2.39.95 Francesca Barone (2011)	2.34.84 Francesca Barone (2013)	<b>3.53.12</b> Lorena Soldavini (2021)	3.50.18 Ersilia Isotta (2007)	<b>4.06.57</b> <b>Ornella Bondioni</b> <b>(2022)</b>
1.000 MT.	<b>2.58.00</b> Silvia Murgia (2010)	3.38.37 Martina Dorz (2014)	3.06.78 Silvia Murgia (2007)	<b>2.58.00</b> Silvia Murgia (2010)	3.10.30 Lorena Strozzi (2010)	3.19.37 Lorena Strozzi (2013)	3.21.70 Francesca Barone (2011)	3.25.78 Francesca Barone (2013)	4.13.24 Ersilia Isotta (2001)	4.45.87 Ersilia Isotta (2006)	<b>5.26.04</b> <b>Ornella Bondioni 2022</b>
1.500 MT.	<b>4.54.04</b> Silvia Murgia (2008)		4.57.64 Silvia Murgia (2007)	4.54.04 Silvia Murgia (2008)	5.01.60 Lorena Strozzi (2012)	5.35.85 Emanuela Fossa (2011)	5.13.84 Francesca Barone (2011)	5.18.07 Francesca Barone (2013)	7.41.70 Lorena Soldavini (2022)	<b>8.01.55</b> Ornella Bondioni (2021)	<b>7.57.70</b> <b>Ornella Bondioni</b> <b>(2022)</b>
MIGLIO PISTA	<b>5.09.15</b> Silvia Murgia (2010)	6.30.71 Martina Dorz (2014)	<b>5.34.53</b> Silvia Murgia (2007)	5.09.15 Silvia Murgia (2010)	5.28.50 Lorena Strozzi (2010)	5.38.62 Lorena Strozzi (2014)	5.46.85 Francesca Barone (2011)	5.42.11 Francesca Barone (2013)	7.41.45 Ersilia Isotta (2005)	8.12.59 Ersilia Isotta (2007)	<b>8.47.31</b> <b>Ornella Bondioni</b> <b>(2022)</b>
MIGLIO STRADA									8.29.62 Lorena Soldavini (2022)		9.01.86 Ornella Bondioni (2022)
2.000 MT.	<b>7.16.00</b> Lorena Strozzi (2011)		7.37.65 Paola Gobbo (2011)	7.54.20 Michela Urh (2011)	7.16.00 Lorena Strozzi (2011)	7.42.70 Emanuela Fossa (2011)	<b>7.34.03</b> <b>Silvia Murgia</b> <b>(2023)</b>		10.09.00 Lorena Soldavini (2021)	10.36.27 Ornella Bondioni (2021)	<b>11.32.00</b> <b>Ornella Bondioni (2023)</b>
3.000 mt.	<b>10.17.65</b> Silvia Murgia (2011)		10.53.90 Silvia Murgia (2007)	10.17.65 Silvia Murgia (2011)	11.02.30 Lorena Strozzi (2011)	10.59.55 Lorena Strozzi (2013)	11.29.10 Francesca Barone (2012)	11.16.85 Francesca Barone (2014)	13.58.29 Ersilia Isotta (2001)	16.14.00 Ersilia Isotta (2007)	<b>17.12.68</b> <b>Ornella Bondioni</b> <b>(2022)</b>
5.000 mt.	<b>18.09.80</b> Silvia Murgia (2010)	23.10 Martina Dorz (2013)	19.11.65 Marta Latino (2018)	<b>18.09.80</b> Silvia Murgia (2010)	18.54.15 Lorena Strozzi (2012)	19.11.10 Lorena Strozzi (2014)	19.48.80 Francesca Barone (2012)	19.14.45 Francesca Barone (2013)	23.41.0 Ersilia Isotta (2001)		<b>31.04.87</b> <b>Ornella Bondioni</b> <b>(2022)</b>
5km STRADA	<b>20.00</b> <b>Mara Minato (2022)</b>		<b>20.53</b> Vanessa Covizzi (2022 Cardano)			20.00 Mara Minato (2022 Canegrate)	<b>21.07</b> Lorena Strozzi (2022 Cardano)	<b>22.17</b> Emanuela Fossa (2022 Cardano)	<b>28.42</b> Lorena Soldavini (2022 Canegrate)	<b>29.21</b> Ornella Bondioni (2021 Canegrate)	<b>29.25</b> <b>Ornella Bondioni</b> <b>(2022 Cardano)</b>
10.000 mt. pista	<b>36.57.50</b> Silvia Murgia (2010)		44.11.55 Silvana Bossi (2005 - Casorate)	<b>36.57.50</b> Silvia Murgia (2010-Sumirago)	40.34.55 Lorena Strozzi (2010- Sumirago)	43.27.60 Emanuela Fossa (2011- Casorate)	43.12.00 Francesca Barone (2011-Casorate)		47.57.90 Ersilia Isotta (2004-Casorate)		
10km Strada	<b>37.14</b> Silvia Murgia (2010)		37.58 Marta Latino (2018 - Milano)	37.14 Silvia Murgia (2010 – Loano)	39.24 Emanuela Fossa (2008 Milano-DJTen)	39.08 Lorena Strozzi (2013- Peschiera- MI)	<b>41.48</b> <b>Silvia Murgia</b> <b>(2023 Castano)</b>	41.44 Francesca Barone (2014- Magenta)	<b>51.20</b> <b>Lorena Maboni</b> <b>(2023 Castano)</b>	54.28 Ersilia Isotta 2007-Milano Semp.	<b>62.11</b> <b>Ornella Bondioni</b> <b>(2023 Castano Primo)</b>
21,097 mt. Strada	<b>1h22.20</b> Silvia Murgia (2010)		1h26.36 Paola Gobbo (2012 Amsterdam)	1h22.20 Silvia Murgia (2010- Parma)	1h28.33 Lorena Strozzi (2012- Berlino)	1h26.20 Lorella Atzeni (2016 Ibiza)	1h30.09 Francesca Barone (2012 - Viigevano)	1h33.29 Francesca Barone (2013- Busto A.)	1h38.04 Ersilia Isotta (2001 Gargnano- BS)	1h51.13 Ersilia Isotta (2006- Novara)	<b>2h22.46</b> <b>Ornella Bondioni</b> <b>(2022-Numana)</b>
42.195 mt. Strada	<b>3h00.13</b> Silvia Murgia (2010)		3h04.25 Stefania De Felice (2001-Firenze)	3h00.13 Silvia Murgia (2010 - Venezia)	3h27.32 Lorena Strozzi (2008 – Treviso)	3h52.32 Patrizia Pacco (2017 - Verona)	3h35.42 Lorella Atzeni (2018 – N.Y.)	3h31.21 Ersilia Isotta (1997- CesanoB)	3h29.43 Ersilia Isotta (2001 Milano)		