



A.S.D. GS Le Torri Podismo

Firenze, via Lunga 157 - tel. 3480322635 - 3355858391

www.gsletorrifirenze.it - email info@gsletorrifirenze.it



DOMENICA

10 SETTEMBRE

2023

11^a Corsa dei Tre Parchi

Parco Argingrosso - Parco delle Cascine - Villa Vogel
5° Trofeo Lazzeri Oretta

**percorso RINNOVATO e
interamente pianeggiante**

gara podistica competitiva di km 11

passeggiata ludico-motoria di km 5

gara valida per il 19° Trofeo E. Camangi

- ritrovo ore 8.00 presso scuola Barsanti (via Lunga, 94)
- partenza ore 9.00 presso scuola Barsanti (via Lunga, 94)
- **LE ISCRIZIONI** si ricevono

→ **VIA MAIL** all'indirizzo servizio.iscrizioni@gmail.com entro le ore 23 del 08/09/23

CON LE SEGUENTI MODALITA':

- pagamento in contanti la mattina al ritiro del pettorale o a mezzo bonifico su IBAN IT 28 W 03069 029151 0000 0010536
- **SINGOLI** inviando tessera, certificato agonistico (per la competitiva) e eventuale ricevuta del bonifico effettuato
- **SOCIETA'** inviando lista firmata dal presidente, con numero tessera e scadenza del certificato agonistico (per la competitiva) per ogni atleta e eventuale ricevuta del bonifico effettuato

→ **ON-LINE** su www.endu.net



- iscrizione competitiva € 10
- ludico motoria € 8 (€ 2 senza premio)
- pacco gara per i primi 400 iscritti

PARTE DEL RICAVATO SARÀ DONATO A



con il Patrocinio di



**con la collaborazione del
QUARTIERE 4**

Le mie Erbe

dal 1978
di Mariella
Camalori

Piazzale della Resistenza, 6/b - 50018 SCANDICCI (FI)
Tel. 055 250184
Cell. 329 7778778





Note di Caffè

AperitiTime

caffetteria, snack-bar
ginseng, orzo e tisane
panini espressi e pizza
primi piatti su ordinazione
estratti di frutta e verdure

mettiamo a vostra disposizione
gratuitamente la nostra saletta
al piano superiore ad uso esclusivo
per feste compleanni meeting ecc.

seguici su
facebook



**Saletta interna
per eventi**

v. Baccio da
Montelupo 11r
FIRENZE
055-7326210



★ ★ ★ HOTEL
 HOTEL
CARUSO

Marebello di Rimini



*Via Siracusa, 9 • Bus Stop N.24
I - 47924 MAREBELLO DI RIMINI
Tel e Fax 0541 373270 • Tel. 0541 374106
Tel. Privato Daniela 349 2531823
www.carusorimini.it • info@carusorimini.it*

VARTA**Banner****safa****Elettromec s.r.l.****YUASA****OPTIMA BATTERIE****EXIDE****Diteci cosa volete muovere...**

- o Auto
- o Moto
- o Camion
- o Camper
- o Avviamento Motori
- o Semitrazione
- o Solari
- o Trazione Leggera
- o Applicazioni Speciali
- o Utensili Elettrici
- o Gruppi Di Continuita'
- o Luci D'emergenza
- o Carrozine Per Disabili
- o Nautica
- o Antifurti
- o Bicicletta Pedalata Assistita

Noi vi forniremo l'ENERGIA

Si effettuano assemblaggi e sostituzioni batterie per trapani, avvitatori, utensili vari, lampade d'emergenza ecc.

**NUOVO PUNTO VENDITA**

VIA TOSCO ROMAGNOLA 12 e 16
 Loc. FIBBIANA 50056 - MONTELUPO F.no (FI)
 TEL 0571-1735136 - info@elettromec.191.it

Elettromec s.r.l.

Via Baccio da Montelupo 53/b
 50142 - Firenze
 Tel. 055 7327295
 info@elettromecsrl.191.it

Elettromec s.r.l.

Via Livorno 27
 50142 - Firenze
 Tel. e Fax 055 355715 - 055 9030133
 info@elettromecsrl.191.it

Elettromec s.r.l.

Via di Ripoli 69 a/b
 50126 - Firenze
 Tel. 055 3249287
 info@elettromecsrl.191.it

www.elettromecbatterie.it

elettroservice 1

di Gerardo Trimarco

**RIPARAZIONI E VENDITA
PICCOLI ELETTRODOMESTICI**

SACCHETTI PER ASPIRAPOLVERE
DI TUTTE LE MARCHE

CENTRO ASSISTENZA:

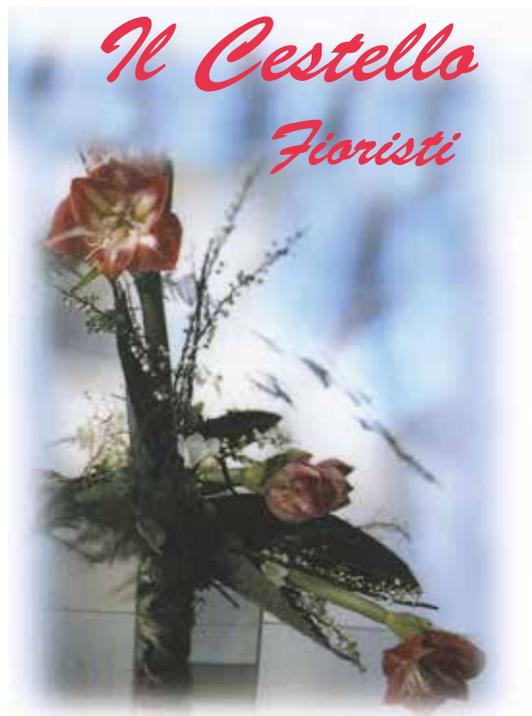


Elettroservice 1

50142 Firenze - Via B. da Montelupo, 28/B

Tel. 055 7323651 - e-mail: elettroservice1@hotmail.it

Il Cestello
Fioristi



*Decorazioni floreali per:
Cerimonie - Eventi speciali
Fiori artificiali
Oggettistica*

*Fiori in tutto il mondo
Servizio a domicilio
GRATUITO*

Chiuso il martedì

Via Torcicoda, 57/R FIRENZE

TELEFONO 055/712352

MAIL: massimo3165@gmail.com

www.ilcestellofioristi.it

DECATHLON



- **POSTA ELETTRONICA**
- **SERVIZI SISTEMISTICI**
- **PROJECT MANAGEMENT**
- **OUTSOURCING**
- **CONSULENZA HW, SW E VOIP**
- **INTERVENTI ON-SITE**
- **HELP DESK**

VIA LORENZO GIBERTI, 42 - 50065 PONTASSIEVE (FIRENZE)
C. +39 335 6424568 - T. +39 055 7478066 - F. +39 055 4089915
INFO@D3C.IT - WWW.D3C.IT



LA SORBETTIERA

GELATO ARTIGIANALE DAL 1934

Piazza Tasso 11r
Via Mazzetta 9a
Via dei Banchi 49r

www.lasorbetteria.it

AMBULATORI RETE PAS

SERVIZI
DEDICATI ALLO SPORTIVO

MEDICINA DELLO SPORT

- visite medico sportive per attività agonistiche
- visite medico sportive per attività non agonistiche



PRIMA VALUTAZIONE
FISIOTERAPICA
GRATUITA

FISIOTERAPIA

Un team di professionisti, percorsi personalizzati e mirati a risolvere il tuo problema con trattamenti di riabilitazione (chinesiterapia) e trattamenti di tecarterapia.

VALUTAZIONE BIO MECCANICA DEL PODISTA



Un servizio dedicato a chi corre per valutare: il tipo di scarpa, il tipo di postura, il tipo di frequenza dei passi e il tipo di appoggio del piede.

Per info e prenotazioni

055 71.11.11

www.retepas.com



©CENTRI MEDICI NO-PROFIT

REGOLAMENTO E PREMIAZIONI

L' ASD G.S. LE TORRI organizza la **11^a CORSA DEI TRE PARCHI 5° TROFEO LAZZERI ORETTA**

DOMENICA 10 SETTEMBRE 2023

**Gara podistica competitiva di km 11
Passeggiata ludico-motoria di km 5**

REGOLAMENTO

Alla manifestazione possono partecipare tutti i concorrenti uomini e donne che abbiano compiuto il 18° anno di età e siano in possesso di tessera valida per attività agonistica per l'anno 2023, U.I.S.P. o altri Enti di promozione sportiva riconosciuti dal C.O.N.I. Possono altresì partecipare tutti coloro che non essendo tesserati sono comunque in possesso di certificato medico di idoneità all'attività agonistica in corso di validità. Da esibire al momento dell'iscrizione.

**RITROVO PER TUTTI I CONCORRENTI ORE 8,00
PRESSO SCUOLA BARSANTI
PARTENZA ORE 9,00**

VIGE REGOLAMENTO UISP

PREMIAZIONI

TROFEI E COPPE

ALLE PRIME 5 SOCIETA' PREISCritte

PIÙ **NUMEROSE**

E PRIME 5 SOCIETA' A **PUNTEGGIO**

CLASSIFICHE NON CUMULABILI

PRIMI 20 ASSOLUTI

PRIMI 20 VETERANI

PRIMI 10 CAT. ARGENTO

PRIMI 3 CAT. ORO UOMINI

PRIME 15 ASSOLUTE DONNE

PRIME 15 VETERANE DONNE

PRIME 5 CAT. ARGENTO DONNE

ISCRIZIONI

- ritrovo ore 8.00 presso scuola Barsanti (via Lunga, 94)
- partenza ore 9.00 presso scuola Barsanti (via Lunga, 94)
- LE ISCRIZIONI si ricevono

→ **VIA MAIL** all'indirizzo servizio.iscrizioni@gmail.com entro le ore 23 del 08/09/23

CON LE SEGUENTI MODALITA':

- pagamento in contanti la mattina al ritiro del pettorale o a mezzo bonifico su IBAN IT 28 W 03069 029151 0000 0010536
- **SINGOLI** inviando tessera, certificato agonistico (per la competitiva) e eventuale ricevuta del bonifico effettuato
- **SOCIETA'** inviando lista firmata dal presidente, con numero tessera e scadenza del certificato agonistico (per la competitiva) per ogni atleta e eventuale ricevuta del bonifico effettuato

→ **ON-LINE** su www.endu.net

iscriviti ora su
ENDU

- iscrizione competitiva € 10
- ludico motoria € 8 (€ 2 senza premio)
- pacco gara per i primi 400 iscritti

POSSONO PARTECIPARE TUTTI GLI ATLETI/E TESSERATI UISP E AD ALTRI CENTRI DI PROMOZIONE SPORTIVA, FIDAL O ALTRE FEDERAZIONI E LIBERI IN REGOLA CON LE VIGENTI NORME SANITARIE

INFO 335 5858391

11^a CORSA DEI TRE PARCHI

Itinerario Competitiva 11 km: Via Lunga, Via Saletto, Giardino Tosca Bucarelli, Via del Saletto interno, attraversamento Via Canova, Via Chiusi, Via Gubbio, Via Argingrosso, Via delle Isole, Parco Argingrosso, Via dell'Isolotto, passerella dell'Indiano, Via San Biagio a Petriolo, Passerella dell'Indianino, Viale Washington, Piazzale Kennedy, Viale dei Lecci, Viale Lincoln, ponte Tramvia, sentiero pedonale Lungarno Sinistro, Via dell'Isolotto, via Carrara, via Pio Fedi, Via Modigliani, Via Sernesi, via Pampaloni, ingresso parco di Villa Vogel, uscita villa vogel Via delle torri, entrata cancello Scuola Barsanti

Itinerario Ludico Motoria 5 km: Via Lunga, Via del Saletto, Giardino Tosca Bucarelli, Via del Saletto interno, attraversamento Via Canova, Via Chiusi, Via Gubbio, Via Argingrosso, Via delle Isole, Parco Argingrosso, Via Isolotto, Via Carrara, Via Pio Fedi, Via Modigliani, Via Sernesi, Via Pampaloni, Villa Vogel, Via delle Torri, entrata cancello Scuola Barsanti .

SERVIZI LOGISTICI

Spogliatoi e Deposito borse

presso la Palestra della Scuola Barsanti

Ristoro a metà percorso della competitiva e all'arrivo

Servizio Sanitario a cura di Humanitas di Firenze

Servizio Massaggi a cura di Rete PAS

VIGE REGOLAMENTO UISP



McDonald's

Viale Nenni - Via Baracca - Via Agnelli - Via Senese

A photograph of a gym interior with various exercise machines on a wooden floor. The machines are arranged in rows, and the room has a clean, well-lit appearance.

timeout
PALESTRE

TIME OUT FIRENZE

Via Ponte Sospeso 6 FIRENZE Tel. 055-714069

info@palestratimeout.it



heaven

avena®



**Un fresco sorso d'avena
per un nuovo giorno**



@heaven_avena

heavenoat.com | info@heavenoat.com

Scopri i nostri
prodotti





Ballotti Bernardo s.r.l.

AUTOTRASPORTI PER CONTO TERZI

VENDITA MATERIALI INERTI - MOVIMENTO TERRA

Via del Pino snc - 50058 SIGNA - FIRENZE - Tel./Fax 055 8738180

E-mail: info@ballotti.it - www.ballotti.it



Dott.ssa Elisa Parrini

DIETISTA NUTRIZIONISTA
Nutrizione clinica e sportiva
Specialista in counseling nutrizionale

✉ dietista.elisaparrini@gmail.com

☎ 333 274 4038



ALBO D'ORO - CORSA DEI TRE PARCHI

EDIZIONE	ASSOLUTI			VETERANI			ARGENTO			ORO	PARTECIPANTI TOTALI
	1°	2°	3°	1°	2°	3°	1°	2°	3°		
2011/M	Er-Rmilil S.	Dakhchoune A.	Baldi S.	Falorni Ivano	Sodi Marco	Braschi Andrea	Calamai Franco	Siddu Marcello	Scottichini Agostino	1°	348
2011/F	Tiberi Lucia	Tortora Debora	Terchi Barbara	Monnetti Sabrina	Sassi Antonella	Iurato Liliana					
2012/M	Er-Rmilil S.	Dakhchoune A.	Midar Hicham	Fusi Andrea	Baldini Andrea	Vurro Giuseppe	Sieni Renzo	Siddu Marcello	Femia Antonio		356
2012/F	Boschi Manuela	Megli Milena	Cecchi Enrica	Monnetti Sabrina	Fanfani Cecilia	Baccin Maria					
2013/M	Del Nista Daniele	Dakhchoune A.	Terranova A.	Er-Rmilil S.	Bouzid R.	Bertoneri D.	Sieni Renzo	Calamai Franco	Romiti Mauro		402
2013/F	Fiaschi Laura	Celi Martina	Mugno Anna Laura	Monnetti Sabrina	Baccin Maria Angela	Grunwald Eva	Vittorini Eni	Nuti Anna	Cocchi Patrizia		
2014/M	Del Nista Daniele	Ahmed Husein	Martelli Leonardo	Paolieri Paolo	Cassi Roberto	Fusi Andrea	Nobile Antonio	Franchi Giovanni	Larini Giuseppe	Nistri Sanzio	423
2014/F	Fiaschi Laura	Bulokin Sara Emily	Prunea Simona	Monnetti Sabrina	Grunwald Eva	Baccin Maria Angela	Battaglini Rossana	Cocchi Patrizia	Bettoni Annalisa		
2015/M	Dakhchoune A.	Ahmed Husein	Brachi Andrea	Paolieri Paolo	Cassi Roberto	Paolletti Alberto	Chiti Claudio	Sieni Renzo	Larini Giuseppe	Nistri Sanzio	402
2015/F	Fiaschi Laura	Mohamud Hodan	Deiana Caterina	Grunwald Eva	D'Errico Lucilla	Ducci Sabrina	Frati Laura	Alvisi Paola	Battaglini Rossana		
2016/M	Dakhchoune A.	Tobaldini Andrea	Labiada A.	Baldi Antonio	Petrillo Antonio	Paolieri Paolo	Scottichini Agostino	Larini Giuseppe	Sieni Renzo	Nistri Sanzio	376
2016/F	Fiaschi Laura	Frosali Francesca	Deiana Caterina	Ducci Sabrina	Parenti Sonia	Baccin Maria A.	Frati Laura	Battaglini Rossana	Bergilli Patrizia		
2017/M	Midar Hicham	Brachi Andrea	Tacconi Alberto	Innocenti Andrea	Pellegrinotti David	Petrillo Antonio	Del Soldato Alessandro	Algerini Alessandro	Siddu Marcello	Nistri Sanzio	241
2017/F	Dore Barbara	Secci Gianfranca	D'Amico Teresa	Ducci Sabrina	Parenti Sonia	Baccin Maria A.	Frati Laura	Bergilli Patrizia	Bianchi Eliana		
2018/M	Dakhchoune A.	Brachi Andrea	Cassi Samuele Oskar	Dabizzi Andrea	Gori Marco	Brachi Andrea	Vivarelli Nicola	Tofanelli Alberto	Del Soldato Alessandro	Secci Giancarlo	443
2018/F	Fiaschi Laura	Chiaramonti Laura	Deiana Caterina	Grunwald Eva	Moretti Silvia	Cappelli Mirta	Sassi Antonella	Frati Laura	Corsinovi Lucia		
2019/M	Ghergut Manuel Daniel	Osucci Simone	Cassi Samuele Oskar	Dabizzi Andrea	Bartolini Leonardo	Franchini Andrea	Tofanelli Alberto	Vurro Giuseppe	Mandola Enrico	Femia Antonio	390
2019/F	Mohamed Mohamud Hodan	Chiaramonti Laura	Deiana Caterina	Barboi Camella	Fei Cristina	Ducci Sabrina	Sassi Antonella	Frati Laura	Martini Susanna		
2022/M	Passuello Domenico	Castro Lorenzo	Cassi Samuele Oskar	Dibra Andi	Ferrigno Riccardo	Paoli Alessandro	Barchielli Moreno	Ciampolini Fabrizio	Pietrini Franco	Di Gioia Nicola	275
2022/F	Panait Daniela	Bini Arianna	Addoriso Valentina	Menini Benedetta	Semplici Sonia	Manetti Isabella	Sicuranza Silvia	Nistri Anna Maria	Pecchioli Antonella		

Ristorante | Pizzeria

 *il Flamingo*

Specialità sia di carne che di pesce
e le nostre pizze con farine speciali
anche senza glutine



Via de' Tommasi 9 - Firenze - Tel. 0557323525

T **TIPOGRAFIA**
m **MODERNA**

...oltre
la
stamp...
...oltre
la
stamp...

Impianti per stampa

Progettazione e realizzazione grafica

Stampa di:

- Depliant
- Carta intestata e buste
- Volantini pubblicitari
- Calendari
- Modulo continuo
- Autorizzati alla stampa di ricevute fiscali e documenti di trasporto
- Stampa a rilievo

Tipografia Moderna s.a.s.

Via S. Quirico, 35 - 50142 FIRENZE - Tel. 055 7322781 - Tel./Fax 055 7322797
e-mail: tipografiamoderna@gmail.com - amm.tipografiamoderna@gmail.com

Agricola Soffiano

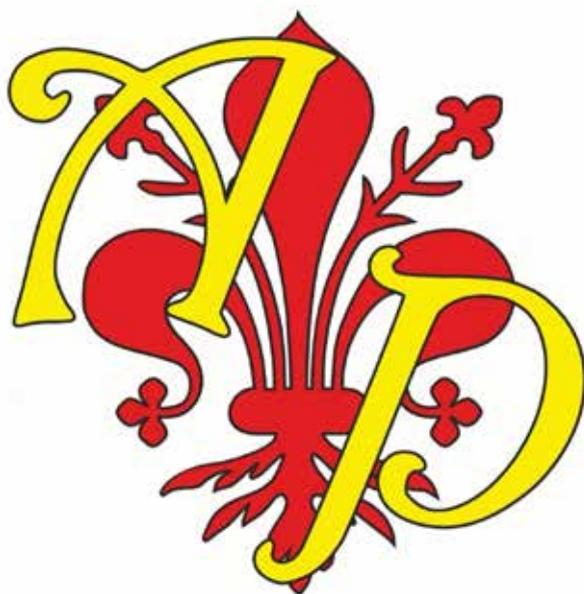
**Produzione e Vendita Diretta .
Ortaggi e Frutta**



ORARIO APERTURA 8:00 - 13:00 (Domenica Chiuso)

SI EFFETTUANO CONSEGNE A DOMICILIO

info: **339.5892571**



IMIEISCATTIDICORSA

MAPPA CORSA COMPETITIVA



**11ª CORSA
DEI TRE PARCHI
10 settembre 2023**



MAPPA LUDICO MOTORIA

МОКРАФЛОР



a Firenze dal 1950



Ice Dream



**GELATERIA
ARTIGIANALE**

Produzione Propria

Via Costetti 7/9 - Firenze

Tel 055 7321152

gel.icedream@gmail.com



18^a MEZZA MARATONA DI SCANDICO - 30 FEBBRAIO 2023



48^a MARATONINA DELLA BEFANA - FIRENZE 6 GENNAIO 2023



35^a CORRI ALLA ROMOLA - SAN CASCIANO VDP - 26 MARZO 2023



PARTENZA



36^a ROSAMINUSA - FIRENZE
4 MARZO 2023

Foto