



Corri con Noi

Allenati con il Prof. Luciano Gigliotti



 *Riva degli Etruschi*
HOTEL · WELLNESS · RESORT

A Riva degli Etruschi
con i tuoi campioni

Preparati

per **NEW YORK** il 7/8/9 e/o il 14/15 /16 Ottobre 2011
o per **FIRENZEMARATHON** l'11/12/13 Novembre 2011
a **Riva degli Etruschi Hotel-Wellness-Resort**
seguendo i consigli dei Prof. Gigliotti e Chittolini,
accompagnato nei tuoi allenamenti
da **Alessandro Lambruschini**

(Campione Europeo dei 3000 siepi, esempio di longevità atletica,
tuttora in attività e che fa parte della Nazionale Italiana del Duathlon).





La corsa di resistenza e la maratona hanno vissuto in Italia e nel mondo a cavallo del XXI° secolo un momento di altissimo fulgore, soprattutto con le vittorie di Gelindo Bordin ai Giochi Olimpici di Seoul 1988 e Stefano Baldini ad Atene 2004.

Gran merito di questi trionfi va ascritto al Prof. **Luciano Gigliotti**, una vita di lavoro trascorsa a plasmare atleti poi divenuti campioni, da Vittorio Fontanella e Carlo Grippo a Maria Guida e Alessandro Lambruschini oltre ai summenzionati Gelindo Bordin e Stefano Baldini.

Giancarlo Chittolini (già suo collaboratore nella nazionale italiana di Atletica Leggera dal 1983 al 1996, poi dedicatosi all'organizzazione di eventi sportivi legati alla corsa come la Maratona delle Terre Verdiane) in collaborazione con **Mauro Faucci** (responsabile della Logistica sportiva di Riva degli Etruschi) vogliono permettere a tutti i podisti amatori che desiderano conoscere le migliori metodologie d'allenamento d'essere seguiti periodicamente da uno staff tecnico e medico (con test valutativi, su richiesta, del Dott. Pier Luigi Fiorella) d'assoluto livello presso il Paradiso naturalistico di "Riva degli Etruschi".



L'**Hotel Riva degli Etruschi** si trova a S.Vincenzo (LI), raggiungibile in auto tramite la superstrada Livorno-Grosseto, nelle vicinanze dell'Aeroporto di Pisa.

Immerso nel verde di un'ampia pineta, offre la possibilità di correre su morbidi sentieri in terra battuta cosparsa da aghi di pino, con a disposizione la piscina scoperta e a pochi km la piscina coperta per il periodo invernale, e la possibilità di frequentare il centro benessere, dotato di una bellissima palestra attrezzata. L'ambiente, oltre che essere sede ideale per gli allenamenti, può permettere a chi vuol trascorrere un periodo di relax, accompagnando il proprio partner, di conoscere un territorio ricco di bellezze artistiche e di tesori gastronomici unici.

Già sede permanente d'allenamento per la Federazione Italiana di Atletica Leggera, Federazione Italiana di Pattinaggio su Ghiaccio, Federazione Italiana e Francese di Triathlon, meta prescelta da "Lampre" Team Cycling. Qui si allenano permanentemente i triatleti Daniel Fontana, Nicolas Becker, Edit Niederfriniger. Anche Stefano Baldini, Alex Schwarzer ed i mezzofondisti italiani hanno fissato qui la loro base d'allenamento e proprio qui hanno costruito i loro più importanti successi.



PROPOSTE DI STAGE (indicare periodo e giorni):

- 3 GIORNI - pensione completa - € 199
- 2 GIORNI - pensione completa - € 149
- 1 GIORNO - pensione completa - € 85
- 7/8/9 OTTOBRE 2011 (arrivo il 6)
- 14/15/16 OTTOBRE 2011 (arrivo il 13)
- 11/12/13 NOVEMBRE 2011 (arrivo il 10)

Programmi alternativi per gli accompagnatori

Prenotazioni: preno@rivadeglietruschi.it - tel. 0565/719600

Modalità di pagamento: BPER IBAN IT53H0538765900000001086625 C.C.P. 14220438 - Forti&Liberi Atletica

Informazioni: pietrospino@virgilio.it - gc chittolini 347/4800162 - www.verdimarathon.it - www.rivadeglietruschi.it

Nome _____

Cognome _____

Età _____

Best Performance 10.000m = _____

half Marathon= _____

Marathon= _____

via _____

città _____

tel. _____

mail _____