



1979-2009: 30 anni di successi !!!

# podistica ostia



## 2010 DUEMILADIECI 2010

GENNAIO	FEBBRAIO	MARZO	APRILE	MAGGIO	GIUGNO
L 4 11 18 25	L 1 8 15 22	L 1 8 15 22 29	L 5 12 19 26	L 3 10 17 24 31	L 7 14 21 28
M 5 12 19 26	M 2 9 16 23	M 2 9 16 23 30	M 6 13 20 27	M 4 11 18 25	M 1 8 15 22 29
M 6 13 20 27	M 3 10 17 24	M 3 10 17 24 31	M 7 14 21 28	M 5 12 19 26	M 2 9 16 23 30
G 7 14 21 28	G 4 11 18 25	G 4 11 18 25	G 1 8 15 22 29	G 6 13 20 27	G 3 10 17 24
V 1 8 15 22 29	V 5 12 19 26	V 5 12 19 26	V 2 9 16 23 30	V 7 14 21 28	V 4 11 18 25
S 2 9 16 23 30	S 6 13 20 27	S 6 13 20 27	S 3 10 17 24	S 1 8 15 22 29	S 5 12 19 26
D 3 10 17 24 31	D 7 14 21 28	D 7 14 21 28	D 4 11 18 25	D 2 9 16 23 30	D 6 13 20 27
LUGLIO	AGOSTO	SETTEMBRE	OTTOBRE	NOVEMBRE	DICEMBRE
L 5 12 19 26	L 2 9 16 23 30	L 6 13 20 27	L 4 11 18 25	L 1 8 15 22 29	L 6 13 20 27
M 6 13 20 27	M 3 10 17 24 31	M 7 14 21 28	M 5 12 19 26	M 2 9 16 23 30	M 7 14 21 28
M 7 14 21 28	M 4 11 18 25	M 1 8 15 22 29	M 6 13 20 27	M 3 10 17 24	M 1 8 15 22 29
G 1 8 15 22 29	G 5 12 19 26	G 2 9 16 23 30	G 7 14 21 28	G 4 11 18 25	G 2 9 16 23 30
V 2 9 16 23 30	V 6 13 20 27	V 3 10 17 24	V 1 8 15 22 29	V 5 12 19 26	V 3 10 17 24 31
S 3 10 17 24 31	S 7 14 21 28	S 4 11 18 25	S 2 9 16 23 30	S 6 13 20 27	S 4 11 18 25
D 4 11 18 25	D 1 8 15 22 29	D 5 12 19 26	D 3 10 17 24 31	D 7 14 21 28	D 5 12 19 26