

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Stare insieme, divertirsi e fare festa con il Free Runners Team di Busto Arsizio

Damiano Franzetti · Wednesday, October 5th, 2022

Che la **corsa** sia un'attività rigenerante, che riequilibra il corpo e la mente, ormai è risaputo. Tanto è vero che **negli ultimi dieci anni il running ha avuto uno sviluppo esponenziale**, coinvolgendo sempre più persone di tutte le età. Si può correre in **solitaria**, negli orari preferiti, ma si può anche correre **in compagnia**, con la supervisione di un **allenatore**, e divertirsi stando insieme e migliorando le proprie prestazioni sportive.

Un esempio di come la corsa può diventare strumento di aggregazione sociale, facendosi nello stesso tempo portavoce di messaggi positivi, è **La Free-Runners-Team, società di Busto Arsizio** – affiliata Uisp – che è nata come gruppo di allenamento e che, negli anni, si è affermata come la società che **organizza più eventi sportivi in città**. Come la corsa **Cur cul gall** che si svolge tra il primo e il secondo sabato di luglio, su un tracciato di **5 chilometri e mezzo da percorrere alle 5 e mezzo del mattino**, quando canta il gallo. Si tratta di una corsa che riprende un movimento che nasce in Liguria e che coinvolge ad ogni edizione circa 200 persone. Nel 2019, per la prima volta, è stata organizzata la **Agesp Run**, in collaborazione con Agesp Energia: una bella edizione che prevede di correre per **10 chilometri a Busto Arsizio**, e che nonostante il diluvio ha richiamato 500 persone.

Prossimamente ci sarà la **corsa Babbo-run: un classico del periodo natalizio** in cui i runners, ma anche bambini e famiglie, si sfidano **vestiti da Babbo Natale**, con tanto di cappello, barba e baffi. Nello scorso **settembre**, in occasione della settimana europea della mobilità sostenibile, si è svolta una **corsa di sei chilometri**. Gran successo, infine, per la **“Camminata a sei zampe”** per raccogliere fondi per il canile di Busto Arsizio, a cui hanno preso parte circa 380 partecipanti: 200 persone, e 180 quattro zampe.

«Negli ultimi anni abbiamo **aumentato il numero di iscritti**. Attualmente sono circa **una sessantina**, di età compresa **tra 26 e 60 anni**, uomini e donne in egual misura, tutti animati dall'obiettivo di migliorare le prestazioni sportive e di fare aggregazione» **spiega Marco Maschietto**, il presidente di Free-Runners-Team.

Gli **allenamenti si svolgono due giorni alla settimana**. Il martedì, dalle 18.30 alle 20, nella **pista di atletica “Angelo Borri”** di Busto Arsizio. Il giovedì, sempre alle 18.30, ci si ritrova in pista, ma poi si corre sull'asfalto, nella zona industriale, con tutte le condizioni meteo. Ad allenare il gruppo è **Marta Lualdi, tecnico Fidal, ex atleta agonista**.

L'aspetto che più caratterizza la società Free Runners Team è la **voglia di fare aggregazione**,

senza “campanilismi”, promuovendo – in perfetto stile Uisp – la corsa come “sport per tutti”.

«Ci sono alcune persone che fanno **parte di altre società e che si allenano con noi** – conclude il presidente – Va benissimo, chiediamo solo una **piccola quota annuale** per ammortizzare i costi». Per informazioni: www.freerunnersteam.it.

SPECIALE UISP – [Tutti gli articoli di VareseNews](#)

This entry was posted on Wednesday, October 5th, 2022 at 8:05 am and is filed under [Sport](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.