

CALENDARIO CORSE NELLE PROVINCE DI

VARESE – MILANO – MONZA BRIANZA – COMO – LECCO - PAVIA – NOVARA – VERBANIA – BIELLA – VERCELLI

www.matteoraimondi.altervista.org

| DATA | TIPO | LUOGO | Pr. | Km | ORARIO | INFO |
|------------------------|-----------------------------|---|-------------|--------------------|-------------|--------------------------|
| Sabato 2/04/2022 | TRAIL | CREVOLADOSSOLA – <i>Urban Trail delle due cave</i> | VB | 16 | 15.30 | 339 3012273 |
| | STRADA | MILANO – <i>ParkRun</i> | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Domenica 3/04/2022 | TRAIL | GARGALLO – <i>Trail di Eric il Folletto</i> | NO | 17 | 9.00 | www.circuitorunning.it |
| | Maratona | MILANO – <i>Milano Marathon</i> | MI | 42.195 | 9.00 | www.milanomarathon.it |
| | Staffetta | MILANO – <i>Relay Milano Marathon</i> | MI | | 9.45 | www.milanomarathon.it |
| | Vertikal | RASA – <i>Rasa Chiusarella 11 volte 4000m D+</i> | VA | 40 | 7.00 | 348 0801729 |
| | TRAIL | MONGRANDO – <i>Trail della Diga</i> | BI | 22 / 12 | 9.00 | www.lavettarunning.com |
| | STRADA | SALICE TERME - <i>Vivicittà</i> | PV | 10 / 5 / 1 | 9.30 | 338 9874453 |
| | STRADA | STRESA – <i>Pallavicino Family Run</i> | VB | 6 / 1.5 | 10.00 | 347 4667580 |
| | G. D'ORO | NOVARA – <i>Corri con Felix</i> | NO | 10 / 1.5 | 9.00 | www.atleticatrinacria.it |
| | PISTA | OLGIATE OLONA | VA | 1.5 / 3st | | www.fidal-lombardia.it |
| | FIASP | TREZZO SULL'ADDA | MI | 8/14/20/26 | 7.30/9.00 | 351 8650172 |
| FIASP | COLTURANO | MI | 6 / 13 / 20 | 8.00/9.00 | 335 6154124 | |
| Martedì 5/04/2022 | Allenam. | FONDOTOCE – <i>Corso di Corsa</i> | VB | 12 | 19.00 | |
| Venerdì 8/04/2022 | Allenam. | DOMODOSSOLA – <i>Corso di Corsa</i> | VB | | 19.00 | |
| Sabato 9/04/2022 | PISTA | VOGHERA – <i>Miglio Città di Voghera</i> | PV | 1.609 | 16.15 | www.clubdelmiglio.it |
| | STRADA | VOGHERA - <i>Vivalcarcere</i> | PV | 2.5 | 9.00 | 338 9874453 |
| | STRADA | MILANO – <i>ParkRun</i> | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Domenica 10/04/2022 | TRAIL | OMEGNA – <i>Trail Massa Bruciata</i> | VB | 35 / 15 / 8 | 8.00 | 335 6833151 |
| | TRAIL | MERGOZZO – <i>Ossola Trail</i> | VB | 21 | 9.00 | www.ossolatrail.com |
| | STRADA | VARESE – <i>Ecorun Varese</i> | VA | 20 / 10 / 5 | | www.ecorunvarese.it |
| | STRADA | BIELLA – <i>Biella – Santuario di Graglia</i> | BI | 11.3 | 9.45 | www.gaglianico74.it |
| | MEZZA | MONZA | MB | 21.097 / 10 | | www.sportitude.it |
| | TRAIL | UBOLDO – <i>La Mezza dei Boschi</i> | VA | 21.1 / 10.5 2.6 | 9.30 | 335 5648259 |
| | TRAIL | OLGINATE – <i>Ghost Town Trail</i> | LC | 16 | 9.30 | www.gttconsonno.com |
| | STRADA | NOVARA – <i>Il Torrione va di Corsa</i> | NO | 10 | 9.30 | www.atleticatrecate.it |
| G. D'ORO | CRESSA - <i>Cressalonga</i> | NO | 11 / 3 | 9.00 | 371 3823780 | |
| Martedì 12/04/2022 | STRADA | NOVARA – <i>Gran Prix Novara</i> | NO | 6 | 20.00 | 333 6777655 |
| Sabato 16/04/2022 | STRADA | MILANO – <i>ParkRun</i> | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Lunedì 18/04/2022 | G. D'ORO | SIZZANO - <i>Camminata agrituristica tra i colli</i> | NO | 10 / 2.5 | 9.00 | 347 5429029 |
| | TRAIL | MEINA – <i>Mini Trail Valcabbia</i> | NO | 11.5 / 3.8 | 10.00 | 333 6778185 |
| | STRADA | RAVELLINO DI COLLE BRIANZA – <i>Corsa dell'Angelo</i> | LC | 21 / 11 / 5 | 9.00 | 340 3983426 |
| | FIASP | INZAGO - <i>Inzaghissima</i> | MI | 7/12/16 21/25 | 7.30/9.30 | 331 5725996 |
| Martedì 19/04/2022 | STRADA | NOVARA – <i>Gran Prix Novara</i> | NO | 6 | 20.00 | 333 6777655 |
| Giovedì 21/04/2022 | STRADA | OMEGNA – <i>Corsa Madonna del Popolo</i> | VB | 6 / 2 | 20.00 | 349 7314879 |
| Venerdì 22/04/2022 | STRADA | SAN NAZZARO SESIA – <i>Memorial Massaia</i> | NO | 7 | 19.45 | 333 6668806 |

| | | | | | | |
|------------------------|---|---|-----------|-----------------------|-------------|------------------------------|
| Sabato 23/04/2022 | Montagna | BACENO – Cor sota al Cistella | VB | 8 | 10.00 | 328 2277640 |
| | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Domenica 24/04/2022 | TRAIL | FARA NOVARESE – Monteregio Trail | NO | 20 / 11 | 9.00 | www.monteregiotrail.it |
| | G. D'ORO | SERRAVALLE SESIA - Trofeo Isabella Marinoni | VC | 10 / 2 | 9.00 | 348 8429042 |
| | TRAIL | PORLEZZA – Vivi Porlezza di corsa | CO | 18 / 12 | 10.30 | www.viviporlezzadicorsa.it |
| | FIASP | COLOGNO MONZESE – Marcia Acli | MI | 4 / 6 / 15 | 8.00/9.00 | www.podisticaosg.it |
| | FIASP | CAMBIAGO | MI | 5 / 10 / 16 | 7.30/9.30 | 333 9727357 |
| Lunedì 25/04/2022 | PISTA | VERBANIA – Meeting della Liberazione | VB | | | www.piemonte.fidal.it |
| Martedì 26/04/2022 | STRADA | NOVARA – Gran Prix Novara | NO | 6 | 20.00 | 333 6777655 |
| Giovedì 28/04/2022 | STRADA | CASALE CORTE CERRO – Corsa S. Giorgio | VB | 6 / 1 | 20.00 | 335 5368227 |
| Venerdì 29/04/2022 | G. D'ORO | MAGGIORA – Le Colline di Sera | NO | 7 / 1.5 | 20.00 | 348 6910106 |
| | STRADA | CROVA - StraCrova/Salasc | VC | 5 | | www.piemonte.fidal.it |
| Sabato 30/04/2022 | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Domenica 1/05/2022 | TRAIL | POGNO – Murales Trail | NO | 17 | 9.00 | www.circuitorunning.it |
| | TRAIL | MACCAGNO – Lago Maggiore Int. Trail | VA | 55 / 20 / 12 | | www.lmit.info |
| | Maratona | SANTHIA' – Del Riso la Maratona | VC | 42.195 | | www.delrisolamaratona.it |
| | STRADA | SANTHIA' – Del Riso la Maratona | VC | 10 / 7 | | www.delrisolamaratona.it |
| | STRADA | BOLLADELLO DI CAIRATE – Trofeo Bradipozoppo | VA | | | www.bradipozoppo.com |
| | STRADA | VERBANIA – Verbania 10K | VB | 10 | 9.30 | www.avismarathonverbania.com |
| | STRADA | GARLASCO – Dieci miglia di Garlasco | PV | 16 | 9.00 | 347 7860610 |
| | Montagna | LUVINATE – Scarpone Luvinate | VA | | | |
| | Montagna | VALDILANA – Mosso Vertical | BI | 6.2 | | www.piemonte.fidal.it |
| | MEZZA | LACCHIARELLA – Mezza dei 3 comuni | MI | 21 | | 393 5495287 |
| G. D'ORO | GATTICO - Camminata del Motto Cerea | NO | 11 / 3.5 | 9.00 | 333 5340250 | |
| Martedì 3/05/2022 | STRADA | NOVARA – Gran Prix Novara | NO | 6 | 20.00 | 333 6777655 |
| Giovedì 5/05/2022 | STRADA | ROMENTINO – Poker Run per il Kenya | NO | 6 | 20.00 | 339 7682575 |
| | STRADA | PEDEMONTE DI GRAVELLONA TOCE – Corrida Pedemontana | VB | 5.5 / 1.5 | 19.30 | 349 1895043 |
| Venerdì 6/05/2022 | G. D'ORO | BELLINZAGO NOVARESE - Bulé Running | NO | 6 / 1.5 | 20.00 | 347 3059688 |
| Sabato 7/05/2022 | TRAIL | STRESA – Trail Mottarone | VB | 90 / 45+45 30 / 12 | | www.trailmottarone.com |
| | STRADA | MILANO – Miglio City Life Milano | MI | 1.609 | | www.clubdelmiglio.it |
| | STRADA | MILANO | MI | | | www.sportitude.it |
| | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Domenica 8/05/2022 | TRAIL | STRESA – Trail Mottarone | VB | 90 / 45+45 30 / 12 | | www.trailmottarone.com |
| | MEZZA | COMO – Run in Como | CO | 21.097 | 8.30 | www.runincomo.it |
| | STRADA | COMO – Run in Como 5K | CO | 5 | 8.45 | www.runincomo.it |
| | Montagna | LUINO – Chrono San Martino | VA | 2.7 | | www.atletica3v.it |
| | Montagna | GALBIATE – Monte Barro Running | LC | 15.8 | 9.00 | |
| G. D'ORO | BORGOMANERO SANTA CRISTINA – Marcia delle Rose | NO | 10 / 2.5 | 9.00 | 380 3585149 | |

| | | | | | | |
|--|---------------|---|-----------|--------------|-----------|-------------------------|
| | 6 ORE | SESTO SAN GIOVANNI – 6h Parco Nord | MI | 6h | 10.30 | www.seioreparconord.com |
| | STRADA | DAIRAGO – Dairago Spring Run | MI | 10 / 5 | 10.00 | www.dairagorunning.it |
| | STRADA | POLLONE – Giro di Pollone | BI | 11.8 | | www.piemonte.fidal.it |
| | STRADA | ARSAGO SEPRIO - Arsalonga | VA | 11 / 5 / 0.6 | 9.00 | 349 4958311 |
| | FIASP | PAINA BRUGAZZO | MB | 5 / 10 | 8.00/9.30 | |

| | | | | | | |
|-----------------------|---------------|----------------------------------|-----------|---|-------|-----------------------|
| Martedì 10/05/2022 | STRADA | NOVARA – Gran Prix Novara | NO | 6 | 20.00 | 333 6777655 |
| | STRADA | ASIGLIANO VERCELLESE | VC | 6 | | www.piemonte.fidal.it |

| | | | | | | |
|-------------------------|---------------|--|-----------|---|-------|-------------|
| Mercoledì 11/05/2022 | STRADA | MAGGIATE SUPERIORE – Gran Prix Gorgonzola Oioli | NO | 6 | 19.45 | 327 0307261 |
|-------------------------|---------------|--|-----------|---|-------|-------------|

| | | | | | | |
|-----------------------|---------------|--|-----------|---|-------|-----------------------|
| Giovedì 12/05/2022 | STRADA | GALLIATE – Poker Run per il Kenya | NO | 6 | 20.00 | 339 7682575 |
| | STRADA | CANDELO - Trofeo Soroptimist | BI | 6 | | www.piemonte.fidal.it |

| | | | | | | |
|-----------------------|-----------------|---|-----------|-------|-------|-------------|
| Venerdì 13/05/2022 | G. D'ORO | INVORIO SUPERIORE – Trofeo Bar H | NO | 7 / 2 | 20.00 | 333 8092468 |
|-----------------------|-----------------|---|-----------|-------|-------|-------------|

| | | | | | | |
|----------------------|---------------|--|-----------|------------|-------|----------------|
| Sabato 14/05/2022 | MEZZA | VERBANIA – Lago Maggiore Half Marathon | VB | 21.097/ 10 | 18.00 | www.lmhm.it |
| | STRADA | BELLINZAGO NOVARESE - BelliRun | NO | 10.5 | 20.00 | 338 4415795 |
| | TRAIL | ARCO – Italiani Assoluti e Master Trail Corto e lungo | TN | | | www.fidal.it |
| | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |

| | | | | | | |
|------------------------|-----------------|--|-----------|-------------|------|-------------------|
| Domenica 15/05/2022 | MEZZA | MILANO- Stramilano | MI | 21.097 / 10 | | www.stramilano.it |
| | Montagna | MACCAGNO – Giro del Sole | VA | 11.5 | | www.atletica3v.it |
| | G. D'ORO | BORGOSIESIA – Trofeo Comune di Borgosesia | VC | 10 / 2.5 | 9.00 | 0163 200007 |

| | | | | | | |
|-----------------------|---------------|----------------------------------|-----------|---|-------|-------------|
| Martedì 17/05/2022 | STRADA | NOVARA – Gran Prix Novara | NO | 6 | 20.00 | 333 6777655 |
|-----------------------|---------------|----------------------------------|-----------|---|-------|-------------|

| | | | | | | |
|-------------------------|-----------------|--|-----------|-----------|-------|-------------|
| Mercoledì 18/05/2022 | G. D'ORO | BORGOMANERO SANTA CROCE – Corri CRI | NO | 6.5 / 1.5 | 20.00 | 348 7462718 |
|-------------------------|-----------------|--|-----------|-----------|-------|-------------|

| | | | | | | |
|-----------------------|---------------|--|-----------|---------|-------|---------------------|
| Giovedì 19/05/2022 | STRADA | MONTONATE DI MORNAGO – Monclassic | VA | 6.4 / 1 | 20.10 | www.monclassic.info |
| | STRADA | CAMERI – Poker Run per il Kenya | NO | 6 | 20.00 | 339 7682575 |

| | | | | | | |
|-----------------------|-----------------|--|-----------|---------|-------|-----------------------|
| Venerdì 20/05/2022 | G. D'ORO | BARENGO – Barengo di Sera | NO | 7 / 2 | 20.00 | 338 2529894 |
| | STRADA | ORNAVASSO – Di corsa verso il Brasile | VB | 6 / 1.5 | 20.00 | 347 8035578 |
| | STRADA | TRINO – Trino sotto le stelle | VC | 5 | | www.piemonte.fidal.it |
| | STRADA | MILANO – Run 5.30 | MI | 5 | 5.30 | www.run530.com |

| | | | | | | |
|----------------------|---------------|--|-----------|---------|-------|-----------------------|
| Sabato 21/05/2022 | TRAIL | DORMELLETTO – Lagoni Trail | NO | 22 / 12 | 17.00 | www.podisticaaaron.it |
| | STRADA | VILLADOSSOLA – Memorial Zanuccoli | VB | 7 / 1 | 17.00 | 0324 51439 |
| | STRADA | VERRONE – Camminata Alpina | BI | 6 | | www.piemonte.fidal.it |
| | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |

| | | | | | | |
|------------------------|------------------------------------|--|-------------|--------------|---------------|----------------------------|
| Domenica 22/05/2022 | TRAIL | GATTINARA – Brutal Wine Marathon | VC | 42 / 23 / 13 | 8.00 | www.brutaltrail.it |
| | TRAIL | MONZA – Monza – Montevicchia a coppie | MB | 33.5 | 8.30 | www.momot.it |
| | STRADA | GALLIATE – Corri con i Lions | NO | 10 | 9.30 | 339 7682575 |
| | G. D'ORO | CAVAGLIO D'AGOGNA – Cavaglio che corre | NO | 10 / 2 | 9.00 | 347 2515926 |
| | MEZZA | CERNUSCO SUL NAVIGLIO – Mezza del Naviglio | MI | 21 / 10 / 4 | 9.00 | www.maratonadelnaviglio.it |
| | TRAIL | ROCCAPIETRA - Trail del Lago di Sant'Agostino | VC | 14 / 8 | | www.piemonte.fidal.it |
| | STRADA | DESANA – Rice Run | VC | 10.5 | | www.piemonte.fidal.it |
| FIASP | MELZO – Marcia delle Pecore | MI | 5 / 13 / 18 | 7.30/9.00 | www.gmelzo.it | |

| | | | | | | |
|-----------------------|-----------------------|--|-----------|---|-------|-------------------------|
| Martedì 24/05/2022 | GIRO Varesotto | BESNATE – 1° tappa Giro del Varesotto | VA | 5 | 20.30 | www.girodelvaresotto.it |
| | STRADA | NOVARA – Gran Prix Novara | NO | 6 | 20.00 | 333 6777655 |

| | | | | | | |
|------------------------|-----------------------|--|-----------|--------------|-------|-------------------------------|
| Giovedì 26/05/2022 | STRADA | BELLINZAGO – Poker Run per il Kenya | NO | 6 | 20.00 | 339 7682575 |
| Venerdì 27/05/2022 | GIRO Varesotto | QUINZANO SAN PIETRO – 2° tappa Giro del Varesotto | VA | 5 | 20.30 | www.girodelvaresotto.it |
| | G. D'ORO | CAVAGLIETTO – memorial Giovanni Oioli | NO | 6.5 / 1.5 | 20.00 | 348 6962761 |
| | STRADA | VEDANO AL LAMBRO – Vedan da Cursa | MB | 5 | 20.30 | |
| Sabato 28/05/2022 | PISTA | VIGNATE – Miglio Vignate | MI | 1.609 | | www.clubdelmiglio.it |
| | STRADA | SOLARO – 10k delle Groane | MI | 10 | 18.00 | www.virtusgroane.com |
| | Staffetta | PAGNANO DI MERATE - staffetta | LC | 7 | 18.30 | www.acpagnano.it |
| | STRADA | VIVERONE – Giro del Lago di Viverone | BI | 15 | | www.piemonte.fidal.it |
| | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Domenica 29/05/2022 | TRAIL | CARCEGNA – Trail dei 2 monti | VB | 19 | | |
| | TRAIL | PRATO SESIA – Trail 8 pilastri | NO | 20 / 10 | 9.00 | 334 6499317 |
| | STRADA | PAVIA – sgamboliamo per il kenya | PV | 10 / 5 | 9.30 | 339 7682575 |
| | STRADA | MILANO – Blu Run Parco Certosa | MI | 10 / 5 / 2 | 8.30 | www.blurun.it |
| | Montagna | LAVENO – Laveno – Poggio S. Elsa | VA | 5.5 | | www.atletica3v.it |
| | G. D'ORO | GOZZANO – Camminata Lions | NO | 10 / 2.5 | 9.00 | 338 870509 |
| Martedì 31/05/2022 | GIRO Varesotto | CUIRONE DI VERGIATE – 3° tappa Giro del Varesotto | VA | 5 | 20.30 | www.girodelvaresotto.it |
| | STRADA | NOVARA – Gran Prix Novara | NO | 6 | 20.00 | 333 6777655 |
| Venerdì 3/06/2022 | G. D'ORO | MEZZOMERICO – Mezzomerico di Sera | NO | 6 / 1.5 | 20.00 | 348 9114309 |
| Sabato 4/06/2022 | PISTA | CARATE BRIANZA – Miglio Riva | MB | 1.609 | | www.clubdelmiglio.it |
| | STRADA | GRAGLIA – Due Santuari running e Trail | BI | | | www.gaglianico74.it |
| | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Domenica 5/06/2022 | TRAIL | VERBANIA – Maratona Valle Intrasca | VB | 33 / 17 | | www.maratonavalleintrasca.it |
| | STRADA | TERNATE – Corri con Samia | VA | 12.5 | | |
| | G. D'ORO | VAPRIO D'AGOGNA – Marcia Nazionale | NO | 10 / 2 | 9.00 | 388 1773946 |
| | Montagna | GAZZANIGA – Italiani Assoluti Corsa Montagna 1° prova | BG | | | www.fidal.it |
| Martedì 7/06/2022 | GIRO Varesotto | SOMMA LOMBARDO – 4° tappa Giro del Varesotto | VA | 5 | 20.30 | www.girodelvaresotto.it |
| | STRADA | NOVARA – Gran Prix Novara | NO | 6 | 20.00 | 333 6777655 |
| Mercoledì 8/06/2022 | STRADA | GHEMME – Stracan | NO | 7 / 2.5 | 20.00 | 347 5744537 |
| Giovedì 9/06/2022 | GIRO Varesotto | CASORATE SEMPIONE – 5° tappa Giro del Varesotto | VA | 5 | 20.30 | www.girodelvaresotto.it |
| Venerdì 10/06/2022 | G. D'ORO | SERRAVALLE SESIA – Notturna Serravallese | VC | 6 / 1.5 | 20.00 | 348 8429042 |
| | STRADA | FONDOTOCE DI VERBANIA – Motta Santa Croce Race | VB | 7 | 20.00 | 338 8132616 |
| Sabato 11/06/2022 | PISTA | MILANO ARENA – Trofeo Don Kenya Run | MI | 1.609 | | www.clubdelmiglio.it |
| | 24x1 ORA | SARONNO – 24 x 1 h | VA | 1h | 10.00 | www.gapsaronno.it |
| | 24 ORE | SARONNO – 1° Ultra di Saronno | VA | 24h/12h/6h | 10.00 | www.gapsaronno.it |
| | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Domenica 12/06/2022 | TRAIL | CRAVEGGIA – La Sfadiàa | VA | 19 / 11 | | |
| | TRAIL | TRIVERO – Trail Oasi Zegna | BI | 60 / 30 / 15 | 6.30 | www.trailrunningvalsessera.it |
| | STRADA | MONZA - DKrace | MB | 10 | | www.dkpace.it |
| | STRADA | ROVEGRO – Corsa alpina | VB | 8 | 18.00 | |

| | | | | | | |
|-------------------------|-----------------------|---|-----------|----------|-------|------------------------------|
| | G. D'ORO | GRIGNASCO – Talusée par Grignasc | NO | 10 / 2 | 9.00 | 0163 200007 |
| | Montagna | MEDUNO – Italiani Master Corsa Montagna | PN | | | www.fidal.it |
| Mercoledì 15/06/2022 | GIRO Varesotto | CARDANO AL CAMPO – 6° tappa Giro del Varesotto | VA | 5 | 20.30 | www.girodelvaresotto.it |
| | G. D'ORO | GARGALLO - Camminata Alpina | NO | 6.5 / 2 | 20.00 | 347 2567817 |
| Venerdì 17/06/2022 | G. D'ORO | MAGGIORA - memorial Piero Massini | NO | 7 / 2 | 20.00 | 346 3276693 |
| Sabato 18/06/2022 | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Domenica 19/06/2022 | Montagna | DUNO – Duno – San Martino | VA | 3.8 | | www.atletica3v.it |
| | Montagna | MEZZEGRA – Tremezzina Vertical Run | CO | 3.5 | 9.30 | |
| | G. D'ORO | CAMERI – Cameri Run | NO | 12 / 3 | 9.00 | 347 7569215 |
| Venerdì 24/06/2022 | G. D'ORO | LESA – Lesa di Notte | NO | 7 / 1.5 | 20.00 | 347 4920075 |
| Sabato 25/06/2022 | Skyrunning | ALAGNA – Monterosa Sky Marathon | VB | 35 | | www.monterosaskymarathon.com |
| | STRADA | PRALUNGO – Quat Pass Per Pralungh | BI | 6 / 1 | 18.00 | 348 4964299 |
| | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Domenica 26/06/2022 | STRADA | CASSANO MAGNAGO – M. per Cassano | VA | 10 / 4.5 | 9.00 | 339 2163889 |
| | STRADA | CERANO – memorial dellupi | NO | 10.5 | | www.piemonte.fidal.it |
| | G. D'ORO | COLAZZA - Stracolazza | NO | 10 / 2 | 9.00 | 339 4916677 |
| Mercoledì 29/06/2022 | G. D'ORO | SIZZANO - Camminata tra i vigneti | NO | 6 / 1.5 | 20.00 | 347 5429029 |
| Venerdì 1/07/2022 | TRAIL | SOVAZZA COIROMONTE – Al Gir di tre muntagnet | NO | 14 / 5 | 20.00 | 339 2717450 |
| | G. D'ORO | PRATO SESIA - memorial G. Franchini | NO | 6 / 1.5 | 20.00 | 335 451465 |
| Sabato 2/07/2022 | Montagna | ALPE LUSENTINO | VB | | | |
| | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Domenica 3/07/2022 | Montagna | CALDE' – Caldè – rifugio Adamoli | VA | 4.8 | | www.atletica3v.it |
| | Montagna | MOGGIO – Moggio - Artavaggio | LC | 5 | 9.30 | 334 3015100 |
| | G. D'ORO | GHEVIO - Sù e giù per il Vergante | NO | 11 / 1.5 | 9.00 | 333 8508009 |
| Venerdì 8/07/2022 | STRADA | CROSA DI FOMARCO – Madonna della Crosa | VB | 6 / 1.5 | 20.00 | 328 4577154 |
| Sabato 9/07/2022 | TRAIL | RIALE FORMAZZA – BUT Bettelmat | VB | 37 / 24 | | www.bettelmatultrail.it |
| | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Giovedì 14/07/2022 | STRADA | MERGOZZO – Giro del Lago di Mergozzo | VB | 7 | 20.00 | 334 8418114 |
| Sabato 16/07/2022 | TRAIL | ALPE DEVERO – Devero Alpine Half Marathon | VB | 21 | 10.30 | www.oleggio2000.it |
| | PISTA | BRESCIA – Miglio di Lonato | BS | 1.609 | | www.clubdelmiglio.it |
| | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Sabato 23/07/2022 | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Domenica 24/07/2022 | Montagna | CITTIGLIO – Giro del Pozzopiano | VA | 11 | | www.atletica3v.it |
| Sabato | TRAIL | MACUGNAGA – Monterosa Est Himalayan | VB | 105 / 60 | | www.meht.it |

| | | | | | | |
|------------------------|-----------------|---|-----------|--------------|-------|--|
| 30/07/2022 | Montagna | PREMANA – Campionati Italiani Assoluti montagna 2° prova | LC | | | www.fidal.it |
| | STRADA | MILANO – ParkRun | MI | 5 | 9.00 | www.parkrun.it |
| Domenica 31/07/2022 | TRAIL | MACUGNAGA – Monterosa Est Himalayan | VB | 38 / 22 / 14 | | www.meht.it |
| Martedì 2/08/2022 | STRADA | BANNIO ANZINO – Cursa di Suldà | VB | 6 / 1 | 20.45 | 349 6881143 |
| Domenica 7/08/2022 | Montagna | Anzola – Anzola – Pizza Grande | VB | | 9.00 | 345 2230785 |
| Martedì 16/08/2022 | Montagna | BACENO – Baceno Devero Crampiole | VB | 16 | 9.00 | 328 2277640 |
| Domenica 21/08/2022 | TRAIL | SAN DOMENICO DI VARZO – Rampigada | VB | 21 | 9.30 | www.rampigada.it |
| | Montagna | MASSIOLA – Massiola – alpe Pero | VB | 3.6 | 9.30 | 339 8336197 |
| | STRADA | CARCOFORO - Tour di Carcoforo | VC | 7 | 9.00 | 335 451465 |
| Domenica 28/08/2022 | Montagna | CALDANA DI COCQUIO TREVISAGO – Forte di Orino Trail | VA | 17 / 10 | | www.atletica3v.it |
| Sabato 3/09/2022 | Vertical | CASTO – Italiani Assoluti Km Verticale | BS | | | www.fidal.it |
| Venerdì 9/09/2022 | Vertical | SAN DOMENICO VARZO – Rampigada Vertical | VB | 3.7 | 10.00 | www.rampigada.it |
| Sabato 10/09/2022 | TRAIL | RIALE FORMAZZA – BUT Bettelmat | VB | 56 | | www.bettelmatultrail.it |
| Sabato 17/09/2022 | PISTA | MILANO – Miglio di Cristina | MI | 1.609 | | www.clubdelmiglio.it |
| Sabato 24/09/2022 | TRAIL | GRAVELLONA TOCE – Inferno Night Trail | VB | 13.5 | | |
| | Vertical | LAVENO – Vertikal Sass de Fer | VA | 4 | | www.vertikalsassdefer.com |
| Sabato 1/10/2022 | Vertical | OMEGNA – Vertical Night Mottarone | VB | 4 | | |
| | TRAIL | VERBANIA – Ultra Trail Lago Maggiore | VB | 81 | | www.utlm.it |
| | PISTA | CHIAVENNA – Miglio della Brisaola | SO | 1.609 | | www.clubdelmiglio.it |
| Domenica 2/10/2022 | TRAIL | VERBANIA – Ultra Trail Lago Maggiore | VB | 37 / 18 | | www.utlm.it |
| Sabato 8/10/2022 | PISTA | SAN DONATO MILANESE – Miglio Ambrosiano | MI | 1.609 | | www.clubdelmiglio.it |
| Domenica 9/10/2022 | TRAIL | DOMODOSSOLA – Trail del Calvario | VB | 21 / 10 | | www.traildelcalvario.com |
| | TRAIL | SALTRIO – Orsa Pravello Trail | VA | 30 / 16 / 8 | 8.00 | www.amicidelmonteorsa.com |
| Venerdì 14/10/2022 | TRAIL | OMEGNA – Ultra Trail Lago d'Orta UTLO | VB | | | www.ultraaillo.com |
| Sabato 15/10/2022 | TRAIL | OMEGNA – Ultra Trail Lago d'Orta UTLO | VB | | | www.ultraaillo.com |
| Domenica 16/10/2022 | TRAIL | OMEGNA – Ultra Trail Lago d'Orta UTLO | VB | | | www.ultraaillo.com |
| Domenica 23/10/2022 | TRAIL | BAOLLADELLO DI CAIRATE – Trail Principato San Calimero | VA | | | www.bradipozoppo.com |
| Domenica | TRAIL | ANDORNO MICCA - Trail del Monte Casto | BI | 44 / 20 | | www.mauscilla.it |

| | | | | | | |
|------------|--|--|--|--|--|--|
| 30/10/2022 | | | | | | |
|------------|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | | |
|-----------|-----------------|--|-----------|--------|--|--|
| Domenica | Maratone | ARONA – Lago Maggiore Marathon | NO | 42.195 | | www.lagomaggioremarathon.it |
| 6/11/2022 | Montagna | COMO – Como Urban Vertical a coppie | CO | 7 | | www.runincomo.it |