

3000 M ALL-TIME FEMMINILI (al 31 dicembre 2025) - prime 100

Pos.	Prestazione	Atleta	Anno Nascita	Società	Stagione
1	9:11.37	Marconi Gloria	1968	TEAM SAHARA CLUB LIVORNO	2002
2	9:18.85	Artuso Cristiana	1978	CUS PISA ATLETICA CASCINA	2014
3	9:21.43	Conti Monica	1964	ASSI G.R.B.T.	1988
4	9:23.89	Michalska Marzena	1975	JAKY-TECH APUANA/FIAMME ORO PADOVA	2007
5	9:25.34	Paoletti Viola	2007	ATLETICA FIRENZE MARATHON	2022
6	9:26.32	Botticelli Silvia	1968	CUS CDR FIRENZE	1990
7	9:27.61	Sani Sabrina	1968	ASSI G.R.B.T.	1990
8	9:28.04	Bernabei Francesca	1969	CUS FIRENZE CARIFI	1995
9	9:30.55	Alagia Tiziana	1973	ATLETICA FIRENZE AVIS	1998
10	9:32.3	Bernardi Delirde Maria	1969	ATLETICA SANGIOVANNESE	1991
11	9:33.88	Lorenzi Natalina	1976	ASSI BANCA TOSCANA FIRENZE	1998
12	9:37.4	Di Napoli Patrizia	1969	CUS CDR FIRENZE	1988
13	9:34.42	Settino Greta	2003	TOSCANA ATLETICA EMPOLI NISSAN	2024
14	9:37.45	Gallorini Chiara	1974	ATLETICA SESTESE FEMMINILE	1994
15	9:37.63	Rungger Renate	1979	JAKY-TECH APUANA/GS FORESTALE	2010
16	9:37.75	Tabarrani Marta	1963	ATLETICA MASSA	1982
17	9:37.92	Aprile Giulia	1995	ATLETICA FIRENZE MARATHON	2014
18	9:38.15	Bernini Giulia	2006	TOSCANA ATLETICA EMPOLI NISSAN	2024
19	9:38.97	Sbrissa Serenella	1967	CUS CARIFI FIRENZE	1992
20	9:43.46	Voliani Margherita	2005	ATL. LIBERTAS UNICUSANO LIVORNO	2025
21	9:44.01	Santini Simona	1980	JAKY-TECH APUANA	2006
22	9:44.89	Orsi Sara	1977	ATLETICA SESTESE FEMMINILE	1999
	9:44.89	Viola Simona	1971	ASSICURAZIONI GENERALI PROG. SP	2004
24	9:45.19	Donati Sara	1981	CUS PISA ATLETICA CASCINA	2015
25	9:45.5	Melis Claudia	1972	GENSAN TOSCANA ATL. FEMMINILE	1999
26	9:45.78	Gaviglio Flavia	1963	TEAM LOTTI AL QUADRATO LIVORNO	2003
27	9:46.76	Coliva Benedetta	2001	GS LAMMARI	2024
28	9:45.94	Parollo Valeria	1972	LIBERTAS LIVORNO	1993
29	9:47.56	Morelli Giulia	1997	ATLETICA LIVORNO	2017
30	9:47.7	Balletta Ausilia	1976	CUS FIRENZE CARIFI	1996
31	9:48.03	Del Fava Silvia	1987	ASICS FIRENZE MARATHON	2011
32	9:48.75	Bottini Laura	1991	CUS PISA ATLETICA CASCINA	2013
33	9:50.59	Dolce Claudia	1984	ASSI BANCA TOSCANA FIRENZE	2005
34	9:50.85	Gabrielli Elisa	1974	S. ATLETICA PIETRASANTA LANDUCCI	1992
35	9:50.89	Fraquelli Carolina	2004	ATLETICA VIRTUS LUCCA	2023
36	9:50.96	Antola Irene	1988	ATLETICA LIVORNO	2013
37	9:52.15	Badii Gloria	2001	TOSCANA ATLETICA EMPOLI NISSAN	2020
38	9:52.58	Bottoni Enrica	1997	ATLETICA LIVORNO	2023
39	9:53.57	Avanzinelli Elisa	1974	ATLETICA PROVINCIALE LUCCHESE	1993
40	9:54.0	Pieri Patrizia	1962	CUS FIRENZE	1984
41	9:54.10	Borromini Federica	2006	ATLETICA CASCINA	2023
42	9:55.59	Benigni Linda	1995	TOSCANA ATLETICA EMPOLI NISSAN	2018
43	9:55.68	Cavallini Denise	1979	ATLETICA APUANA FEMMINILE	2005
44	9:55.9	Menconi Claudia	1963	ATLETICA FIRENZE AVIS	1994
45	9:56.16	Lombardi Erica	1984	ATLETICA LIVORNO	2002
46	9:56.44	Carli Cristina	1977	TEAM SAHARA CLUB LIVORNO	2001
47	9:56.52	Costa Laura	1988	CUS PISA ATLETICA CASCINA	2012
48	9:56.7	Tenerani Assunta	1971	ATLETICA LIVORNO	1989
49	9:57.7	Storti Jole	1967	ATLETICA MASSA	1993
50	9:58.24	Teani Erika	1980	ATLETICA APUANA FEMMINILE C&B	2001
51	9:58.4	Fois A. Maria	1942	CUS FIRENZE	1975
52	9:58.68	Bertuccelli Luciana	1972	ATLETICA LIVORNO	1988

53	9:59.05	Grewing Emanuela	1977	ATLETICA SESTESE FEMMINILE	2000
54	9:59.7	Lugetti Sandra	1963	ATLETICA LIVORNO	1983
55	10:00.41	Ferretti Caterina	1999	TOSCANA ATLETICA EMPOLI NISSAN	2021
56	10:00.80	Paionti Isotta	2008	ATLETICA PIETRASANTA VERSILIA	2025
57	10:01.2	Natali Francesca	1978	ATLETICA SESTESE FEMMINILE	2003
58	10:01.49	Tognetti Feancesca	1995	UISP ATLETICA SIENA	2024
59	10:01.5	Poetto Catia	1967	ATLETICA LIVORNO	1985
60	10:01.61	Cerea Greta	2003	G.S. LAMMARI	2025
61	10:02.0	Bientinesi Michela	1968	ATLETICA LIVORNO	1987
62	10:02.24	Marchese Camille	1993	CUS PISA ATLETICA CASCINA	2014
63	10:02.51	De Pasquale Silvana	1960	ATLETICA C.R. PISTOIA E PESCIA	1998
64	10:02.9	Malquori Martina	1977	S. ATLETICA PIETRASANTA BCC VERSILIA	1998
65	10:02.96	Matese Camilla	1995	TOSCANA ATLETICA EMPOLI NISSAN	2015
66	10:02.97	Fallani Francesca	1986	ASSI BANCA TOSCANA FIRENZE	2005
67	10:03.07	Baldini Federica	1998	CUS PISA	2017
68	10:03.51	Ruffini Sonia	1992	ATLETICA LIVORNO	2012
69	10:03.62	Romiti Barbara	1972	ATLETICA PROVINCIALE LUCCHESI	1992
70	10:03.84	Mohamed Mohamud Hodan	1976	ATLETICA RADIO CENTRO WEB	2021
71	10:03.85	Spighi Ilaria	1999	ATLETICA SESTESE FEMMINILE	2021
72	10:03.90	Pachetti Moira	1989	LIBERTAS RUNNERS LIVORNO	2012
73	10:04.31	Tissi Sonia	2006	ASSI GIGLIO ROSSO FIRENZE	2024
74	10:04.8	Giannaccini Siria	1969	SAP LANDUCCI ARREDAMENTI	1988
75	10:06.20	Cioni Pamela	1971	ASSI G.R.B.T.	1992
76	10:07.21	Amore Bianco Anna	2007	ATLETICA LIVORNO	2025
77	10:07.43	Scatena Giulia	1980	ATLETICA SESTESE FEMMINILE	2001
78	10:07.88	Matteucci Elena Carolina	1971	ASSI G.R.B.T.	1990
79	10:08.48	Pizzamano Maddalena	2002	ATLETICA FIRENZE MARATHON	2024
80	10:08.6	Pinelli Paola	1958	ASSI G.R.B.T.	1985
81	10:08.63	Brucioni Roberta	1962	LIBERTAS LIVORNO	1985
82	10:08.91	Bazzicalupo Miriam	1991	CUS PISA ATLETICA CASCINA	2011
83	10:09.4	Gini Patrizia	1956	LIBERTAS LIVORNO	1983
84	10:09.50	Ballerini Diletta	2008	PROSPORT ATL. FIRENZE	2025
85	10:10.33	Spagnoli Anna	1972	ATLETICA FUTURA ASD	2015
86	10:10.48	Mariani Cristina	1994	ATLETICA CASCINA	2025
87	10:10.50	Silvino Serena	1971	ATLETICA LIVORNO	1989
88	10:11.44	Silvestri Gaia	2007	ATL. LIBERTAS UNICUSANO LIVORNO	2023
89	10:12.47	Mazzarini Paola	1968	LIBERTAS LIVORNO	1988
90	10:12.58	Ceccanti Angela	1968	ATLETICA VINCI	2007
91	10:13.1	Ricci Mariana	1969	ATLETICA APUANA FEMMINILE	1996
92	10:13.4	Poetto Samanta	1968	ATLETICA LIVORNO	1985
93	10:13.6	Mazzini Rosa	1965	CARIPIT SPORT	1992
94	10:13.75	Fasano Viola	2009	TOSCANA ATLETICA EMPOLI NISSAN	2025
95	10:13.8	Delle Piane Paola	1959	ATLETICA LIVORNO	1977
	10:13.8	Piacentini Carla	1961	CGC VIAREGGIO	1987
97	10:14.45	Cotza Maria	1969	ATLETICA MASSAROSA	1985
98	10:14.9	Giansante Rosalba	1976	CUS PISA	1996
99	10:15.18	Manfredi Ilaria	1984	ATLETICA APUANA FEMMINILE C&B	2001
100	10:15.2	Simonelli Laura	1974	ATLETICA PROVINCIALE LUCCHESI	1993