



Foto European Athletics

La voce dei tecnici

Pensieri di fine stagione

Mondi sconosciuti

L'uomo di Kampala

**In copertina:
Femke Bol atleta europea dell'anno**

Maratona: è crisi?

Dopo anni di fasti, la maratona soffre di numeri e di protagonisti. Abbiamo sentito il parere di tre tecnici: Massimo Magnani, Giorgio Rondelli e Stefano Baldini.

Walter Brambilla

Un tempo si diceva e scriveva che il nostro paese fosse un popolo di santi, poeti, navigatori e maratoneti. Questo almeno sino all'inizio degli anni Duemila. Il boom delle corse su strada e la "maratonomania" erano esplose negli anni Ottanta. Con l'avvento dei cosiddetti "tapascioni" nacquero pure delle riviste a loro dedicate che ancora si possono trovare nelle edicole, ma con argomenti che poco hanno a che fare con maratone. Più che altro si occupano di corse off road, trial, urban runners, che con l'agonismo vero e proprio c'entrano poco.

La maratona vera a propria in Italia ha avuto momenti esaltanti, dalle vittorie olimpiche di Gelindo Bordin a quelle di Stefano Baldini, ai due ori europei sempre del nostro maratoneta emiliano, sino ai successi nella Big Apple dei vari Pizzolato (2 volte), Poli e Leone, questo tra gli uomini. Poi più di una menzione merita Laura Fogli, sino ad arrivare a Valeria Straneo, transitando per Franca Fiacconi. Queste le nostre punte, dietro di loro moltissimi interpreti dei fatidici km 42,195 specie in campo maschile, ora, invece tutto è abbastanza sbiadito. Nessun maratoneta azzurro è protagonista nelle maratone italiane, che per garantire

una sorta di tempi di livello sono costretti a rivolgersi ad atleti africani che abbondano in ogni manifestazione, il più delle volte sono dei perfetti sconosciuti, ma viaggiano a ritmi più veloci dei nostri. Il mondo delle maratone italiane ad ogni buon conto è sempre vivo, ma solo sotto il profilo dei numeri, anche se questi sono pure loro in calo, ma con l'inclusione in ogni maratona di traguardi intermedi (10 km o mezza maratona) i conti (numeri) tornano.

Ora non resta che trattare l'argomento relativo al nostro movimento che quest'anno non ha di certo brillato. A Eugene (Mondiali) la nostra spedizione era completamente assente: nessun convocato. Si puntava tutto sugli Europei di Monaco. Risultato non pervenuto né a squadre e neppure individualmente. Premesso che in campo femminile il risultato per team era impossibile da realizzare visto che abbiamo presentato solo due donne al via: Anna Carmela Incerti e Giovanna Epis. La prima chiudeva la carriera, con la sua quinta partecipazione ai Campionati continentali, forse per festeggiare il suo ritiro dalle gare, era sufficiente una maratona italiana, dove l'avrebbero omaggiata e festeggiata con qualsiasi risultato ottenuto e non un crono da oltre 2h44'11 in 42ª posizione. Se l'è cavata molto meglio l'allieva di Giorgio Rondelli, quinta e con ancora spazi di miglioramento. Anno zero

per quanto riguarda gli uomini. Non pervenuti né a squadre e neppure individualmente.

MASSIMO MAGNANI (ex DT e allenatore di moltissimi maratoneti tra questi Iliass Aouani). «Da diversi anni siamo ormai assenti dalla scena internazionale, abbiamo saltato una generazione di maratoneti, i nostri risultati migliori sono frutto non di una programmazione ma di sporadicità. Le maratone italiane ormai, lo dico con amarezza, guardano solo ai numeri, inteso come partecipanti. Il resto conta molto poco. Quando ero DT proposi una sorta di riforma delle corse su strada (principalmente le maratone) con finalità tecniche per gli atleti. Oltre al business e ai numeri la gara doveva offrire almeno un montepremi per atleti italiani. Stabilire un numero di maratoneti/e sui quali puntare e lavorare con loro. «Cosa vedo per il futuro prossimo? I nomi sono Aouani e Faniel, anche se non concordo che Eyob venga inserito tra gli azzurri al prossimo cross Europeo di Venaria, dopo che per tutta la stagione non si è visto, a causa di un infortunio che lo ha tenuto lontano dalle gare per quasi un anno. Meucci ha compiuto 37 anni, La Rosa è



Massimo Magnani.

in disarmo, da più parti si sa che Chiappinelli si dedicherà alla maratona, mentre Yeman Crippa e Iliass Aouani saranno al via in maratona il prossimo anno. Molto dipenderà dai due nuovi "acquisti", mentre tra le donne si parla insistentemente di Yaremchuk, Lonedo e Arnaudo. In questo caso sarebbero da affiancare alla Epis. Ribadisco, ad ogni buon conto, di essere abbastanza disarmato nei confronti di chi sta nella stanza dei bottoni, vedo purtroppo una mancanza di visione».

GIORGIO RONDELLI. «A livello femminile, penso si stia assistendo a un periodo di passaggio, dopo Dossena, Straneo e Incerti, ci è rimasta solo Giovanna Epis, che tornerà in maratona all'inizio di dicembre a Valencia. È stato un anno negativo, a questo punto si spera molto nell'esordio



Sofia Yaremchuk (qui ritratta nella maratona di Venezia 2021), quarta nella maratona di Francoforte (30/10) con 2h25'36", ottava prestazione italiana di tutti i tempi.

di Yeman Crippa e io per un prossimo futuro punterei anche su Pietro Riva, mentre Yassine Rachik è letteralmente scomparso dal radar». Non del tutto negativo ci è parso il mitico allenatore del Cus Pro Patria di Milano, che segue anche un settore giovanile ricco di numeri e di qualità.

STEFANO BALDINI. Un fiume in piena, con la stessa determinazione di quando preparava una maratona. In primo luogo, ha accusato Trekkenfeld di essere "portavoce" di Antonio La Torre. Il bello è che lo stesso DT sostiene spesso di volerci "bacchettare le mani". Ma non è questo il tema, giusto però scriverlo, così ha detto e così si riporta. Si doveva parlare di maratona questo il suo pensiero. «È stata una scelta ben precisa quella di non portare maratoneti a Eugene». Questo l'esordio dell'ex campione olimpico. Quindi ha proseguito: «La quasi concomitanza con gli Europei ha costretto chi di dovere a optare per questa soluzione. Speriamo non accada più. Certo nel 2018 abbiamo vinto a squadre, abbiamo fatto un passo indietro. La maratona è un viaggio che impegna mesi di allenamento per una sola gara e questa può anche andare male. Mi spiegate ad ogni buon conto – rivolgendosi a chi sta nella stanza dei bottoni– il motivo per

il quale al raduno dei maratoneti in vista degli Europei non era presente alcun tecnico federale? C'erano solo quelli personali degli atleti. La maratona e la strada non interessano? Alla Federazione non interessa poco o nulla della disciplina? Si vuole investire o no? Un tempo la maratona in Italia era un fiore all'occhiello, ora è appassito. C'è poco interesse a fianco del movimento che si esprime su strada. Attenzione che la World Athletic è un passo avanti, proporrà per il prossimo anno i Mondiali su strada, dove in un'unica gara si correranno più distanze: 5 e 10 chilometri e mezza maratona. Una novità assoluta. Per ciò che concerne la maratona italiana, ci sono buone aspettative per un futuro roseo, in campo europeo. Nel mondo si viaggia, molto, ma molto più veloce. Attenzione però che in Africa si è arrivati a colpire per doping un numero di maratoneti in doppia cifra. «In campo femminile, dopo Valeria Straneo che ha lasciato, ci è rimasta Giovanna Epis. Un po' poco. Ad ogni buon conto qualora la Fidal volesse riorganizzare il settore un consiglio sono sempre in grado di darlo: citofonare a Lucio Gigliotti. Uomo che è stato capace per anni di gestire mezzofondo e maratona senza i mezzi di comunicazione attuali. Spiegherebbe molte cose».



Giorgio Rondelli.



Stefano Baldini.

**Notizie di storia
dell'atletica italiana su**
www.asaibrunobonomelli.it



Progresso mentale, non solo tecnico

In questa lunga intervista, Renato Canova, nato a Torino il 21 dicembre 1944, uno dei massimi tecnici al mondo sul fondo e mezzofondo, ma con profonde esperienze anche in altri settori, espone la sua "visione" sui risultati ottenuti dall'atletica azzurra negli ultimi anni, dove e perché è andata incontro ad alcuni fallimenti. Il solo in grado di gareggiare ad armi pari con il resto del mondo, almeno sulle lunghe distanze? Yeman Crippa.

Daniele Perboni

I buoni risultati del mezzofondo azzurro, esclusa la maratona, sono stati salutati come l'inizio di un nuovo Rinascimento, dopo alcuni decenni di oblio. Secondo lei qual'è il fattore preponderante che ha favorito questo risveglio?

«Penso a due fattori: uno di carattere metodologico, con il ritorno ad un volume maggiore di chilometri, in ciò avvicinandosi a quanto si faceva in passato, e ad una mag-

giore qualificazione della potenza aerobica, utilizzando i cosiddetti "medi" ad un più elevato livello di intensità; e uno di carattere mentale e motivazionale, legato ad una crescita generale a livello europeo ed americano, comunque riguardante corridori non africani.

«Ricordo un colloquio che ebbi con Yeman Crippa alla presenza di Elio Locatelli (allora D.T. della nazionale) in occasione del cross del Campaccio del 2018, quando gli consigliai di considerare i 10.000 come specialità base, in grado di fargli conseguire migliori risultati in occasione delle grandi manifestazioni (Olimpiadi, Campionati Mondiali ed Europei), per due ragioni: una minore competitività a livello internazionale, ed una precisa scelta metodologica. Da sempre, per ottenere miglioramenti in qualsiasi distanza del mezzofondo, la scelta più consona è quella di aumentare il volume (nel nostro caso insufficiente) della corsa lunga ad elevata intensità, base per un inserimento di prove di maggior estensione in grado di aumentare non solo la resistenza specifica, ma anche la capacità di aumentare il



Renato Canova.

volume delle prove che si sostenevano in precedenza, effettuate alla stessa velocità.

«Non a caso, Yeman ha ottenuto i suoi progressi sui 5.000 dopo aver preparato i 10.000 fino al miglioramento dello storico primato nazionale di Salvatore Antibo, e quelli ulteriori sui 10.000, culminati nel titolo europeo, dopo aver conseguito il primato nazionale della mezza maratona, con una prestazione impensabile fino a due anni prima.

«Questo ritorno al passato, capace di produrre un forte progresso nel periodo 2016 – 2019 soprattutto nel mezzofondo prolungato, ha coinvolto anche gli allenatori, che hanno cambiato in molti casi la propria mentalità superando l'atavico timore dei "troppi chilometri».

Americani, norvegesi, britannici e spagnoli recentemente hanno dimostrato di non aver più remore nell'affrontare gli atleti africani, evidenziando come la superiorità di quel continente non sia più così granitica come si credeva. A che cosa è do-

vuto questo cambio di approccio? È solo mentale o su ragazzi talentosi si sono innestate anche nuove metodiche di preparazione?

«Come detto sopra, il vero segreto è stato il ritorno ad un volume maggiore, simile a quello che si usava normalmente negli anni '80 – '90, con una maggior attenzione, rispetto a quei tempi, alle esercitazioni di rafforzamento. Lo spartiacque è però avvenuto quando è iniziata la pandemia del COVID.

«Nel 2020, praticamente l'attività internazionale si è ridotta tantissimo e quelle poche manifestazioni si sono organizzate a livello locale, nazionale o per area. Questo ha consentito a diversi atleti, che fino all'anno precedente non avevano spazio nei meeting, di trovare opportunità per cimentarsi a livello europeo grazie all'assenza degli atleti africani, non autorizzati ad uscire dal continente. La stessa situazione si è verificata per i velocisti, grazie all'assenza di statunitensi e giamaicani.

«Negli USA, per quanto riguarda il mezzofondo, si sono organizzate gare con lepri ad personam, in particolare in Oregon con il gruppo di atleti della Nike, che hanno prodotto risultati cronometrici eclatanti (ad esempio, 12:47 sui 5.000 di atleti in precedenza mai capaci di scendere sotto i 13:05.

«Queste prestazioni hanno aumentato l'autostima degli atleti (un conto è pensare di valere un determinato tempo, diverso è averlo ottenuto realmente) e piano piano la tacita accettazione della superiorità africana ha lasciato il posto ad una consapevolezza di poter esprimere una competitività quasi alla pari.

«Mai sottovalutare l'emulazione. Ad esempio, nel 2017 nessun europeo corse la maratona al di sotto di 2:08, ma due anni più tardi, dopo che Sondre Moen aveva migliorato il primato europeo correndo in 2:05:48, ben dieci atleti furono in grado di ottenere una simile prestazione.

«Ultima importante considerazione: il vantaggio fornito dalle scarpe di ultima generazione, sia chiodate che per la corsa su strada, che si può quantificare intorno all'1%, chiaramente pone i risultati cronometrici attuali su un livello diverso rispetto al passato.

«Infine, l'Europa ha trovato un fenomeno come Jakob Ingebrigtsen, che si è portato allo stesso livello, se non superiore, dei migliori africani, e la sua esplosione ha chiaramente fatto capire che con la continuità e la professionalità, per lo più meno praticate dagli africani, anche con un talento leggermente inferiore, è possibile per europei e statunitensi cimentarsi alla pari su tutte le distanze della pista»

Sarà possibile, non certo in un periodo breve, ma nell'arco di due tre anni, vedere qualche italiano gareggiare ad armi pari, o quasi, con i migliori al mondo sulle medie-lunghe distanze?

«Per il momento, il solo Crippa sembra possedere il talento per competere ai massimi livelli internazionali,

mentre altri si possono inserire su livelli elevati in ambito continentale».

Se da un lato, in Italia, si sono fatti passi avanti sulle distanze medio lunghe (specialmente al femminile), dall'altro si è osservata una lieve "regressione" sulle più corte (100, 200, 400). A parte Jacobs, consultando le liste italiane 2022 si nota come gli specialisti nostrani abbiano avuto una flessione rispetto allo scorso anno. Semplice casualità? «La inattesa vittoria olimpica della 4x100 ha prodotto rilassamento ed una certa presunzione. Il grande campione è in grado di esprimersi sui massimi valori del momento anche quando deve superare problemi importanti. I nostri due campioni olimpici hanno vinto il titolo europeo nonostante infortuni e pressioni esterne. Ma atleti di valore medio-alto, come Desalu, Patta o i quattrocentisti, hanno vissuto di luce riflessa avendo la fortuna di avere in squadra il campione olimpico ed un atleta di alto livello internazionale come Tortu. La situazione, prima dei Campionati Mondiali, era piuttosto chiara: quella era una staffetta da 38"10 al meglio. Se guardiamo le velocità al momento dei componenti Jacobs era 15/100 più lento, Desalu altri 15/100, Patta 20/100 (Tortu era probabilmente nella stessa condizione



di Tokyo), e questo voleva già dire 50/100 in più. Ma l'esaltazione di squadra vista a Tokyo, dopo che Marcell aveva vinto l'oro, aveva sicuramente prodotto un ulteriore vantaggio quantificabile in 20-30 centesimi, ed ecco il reale valore della staffetta veloce attuale. «Allo stesso tempo, gli atleti "nuovi" che volevano entrare nella rosa delle staffette si sono allenati con maggiore professionalità, crescendo (vedi Ali e Benati), ma senza raggiungere i livelli dei titolari di Tokyo. A parer mio, un buon bagno di umiltà è la chiave per un ritorno ai massimi livelli, anche se sembra utopia la possibilità di ripetere una 4x100 come ai Giochi».



Turni ravvicinati. Possibile che i "nostri" patiscano così tanto le qualificazioni? Anche in questo caso si tratta, secondo lei, di un problema mentale o di preparazione?

«Questa situazione riguarda essenzialmente gli atleti dello sprint e degli ostacoli. Non ritengo sia un problema di preparazione, ma di tensione che cresce man mano che l'obiettivo diviene più importante. Mentre atleti che occupano abitualmente il vertice delle graduatorie traggono dal procedere della corsa ad una medaglia, o comunque ad una finale, una spinta maggiore, raggiungendo talora livelli inattesi grazie ad un controllo tecnico totale sulla propria prova, gli atleti che hanno raggiunto in maniera episodica, ma non ancora stabilizzata, un elevato livello cronometrico, nelle grandi occasioni spesso si perdono, vinti più dalle proprie paure che dagli avversari. Ritorno a confermare quanto detto in precedenza: i campioni "veri" utilizzano le gare più importanti, quelle che richiedono un maggiore impegno nervoso e mentale, per dare qualcosa in più. La capacità di correre veloce appartiene agli atleti "di alta qualificazione", ma ciò non rende automatica la capacità di essere competitivi nelle gare da titolo, dove emergono gli atleti "di alta competizione", ovvero quelli stimolati dai traguardi di maggior prestigio.

«Jacobs e Tamberi, ed in parte Tortu, sono atleti di alta qualificazione, ma anche di alta competizione, come in passato Fabrizio Mori, Sara Simeoni, Fabrizio Donato e Fiona May in pista e sulle pedane, Maurizio Damilano, Massimo Stano, Antonella Palmisano, Gelindo Bordin e Stefano Baldini sulla strada (mi scusino coloro che non ho citato, questi erano esempi). A prescindere dai valori assoluti, pochi atleti azzurri sono in grado di migliorarsi

nelle occasioni dei Campionati più importanti. Quelli che ci riescono possono avere un talento limitato (ovviamente guardando ai valori più elevati), ma sono quelli che di sicuro non tradiranno le aspettative».

Perché, in linea di massima naturalmente, gli italiani non riescono a prolungare la stagione agonistica oltre i tre mesi? Normalmente i migliori al mondo si esprimono ancora a buoni livelli anche dopo il massimo appuntamento stagionale, cosa che non succedete dalle nostre parti...

«La durata di una stagione dipende dalla capacità di concentrazione prima di andare in vacanza con la testa. Sotto questo punto di vista, per troppi azzurri ogni Campionato costituisce il momento finale, non avendo più obiettivi da raggiungere. Questo non è vero riguardo il mezzofondo prolungato, che oggettivamente consente delle differenziazioni su distanze ed attività diverse, passando dalla pista alla strada al cross. Queste variazioni di specialità mantengono elevata la motivazione, legando la prestazione tecnica all'allenamento del mo-

Medaglie e titoli dei suoi atleti

RECORD MONDIALI

3.000 siepi (Saaeed Saif Shaheen, 7'53"63 / 2004, tutt'ora in vigore).
25.000 e 30.000 maschili (Moses Mosop, 1h12'27" e 1h26'47" / 2011 tutt'ora in vigore)
25 km su strada (Paul Kosgei, 1h12'25" / 2006)
Maratona (Wilson Kipsang, 2h03'23" / 2013)
15 km strada donne (Florence Kiplagat, 46'15" / 2016)
20 km su strada donne (Florence Kiplagat, 1h01'56" / 2015 e 1h01'54" / 2016)
Mezza maratona donne (Florence Kiplagat, 1h05'12" / 2015 e 1h05'09" / 2016)

RECORD EUROPEI

Maratona (Sondre Nordstadt Moen, 2h05'48" / 2017)
25.000 in pista (Sondre Moen, 1:12:46.5 / 2020, in vigore)

RECORD MONDIALI JUNIORES

Miglio uomini (James Kwalia, 3'50"43 / 2003)
1.500 uomini (Ronald Kwemoi, 3'28"81 / 2014, tutt'ora in vigore)
3.000 uomini (Betty Chelangat (2022)

CAMPIONI DEL MONDO ASSOLUTI

Christopher Koskei (1999) 3.000 siepi M
Saaeed Saif Shaheen (2003 - 2005) 3.000 siepi M
Caleb Ndiku (2014) 3.000 indoor M
Imane Merga (2011) Cross M
Wilson Kiprop (2010) Mezza maratona
Paul Kosgei (2002) Mezza maratona
Abel Kirui (2009 - 2011) Maratona M
Geoffrey Kirui (2017) Maratona M
Dorcus Inzikuru (2005) 3.000 siepi F
Florence Kiplagat (2009) Cross F
Florence Kiplagat (2010) Mezza maratona F
Irene Cheptai (2017) Cross F

CAMPIONI DEL MONDO JUNIORES

Robert Kipchumba (2000) Cross - 10.000

Ronald Rutto (2004) 3.000 siepi
Caleb Ndiku (2010) Cross - 1.500
Remmy Limo Ndiwa (2006) 1.500
Willy Komen (2006) 3.000 siepi
Gladys Kipkemboi (2004) 3000 siepi F

MEDAGLIE OLIMPICHE

Wilson Boit Kipketer (2000 - Argento) 3.000 siepi
Edwin Soi (2008 - Bronzo) 5.000
Abel Kirui (2012 - Argento) Maratona
Thomas Longosiwa 2012 - Bronzo) 5.000
Wilson Kipsang (2012 - Bronzo) Maratona

MEDAGLIE MONDIALI

Caleb Ndiku (2014 - Argento) 5.000
Moses Mosop (2005 - Bronzo) 10.000
Saaeed Saif Shaheen (2006 - Argento) 3.000 indoor
Wilson Boit Kipketer (1999 - Argento) 3.000 siepi
Paul Kosgei (1998 - Bronzo) Cross corto
Sergey Lebid (2001 - Argento) Cross lungo
Wilforce Talel (2002 - Bronzo) Cross lungo
Abdulla Ahmed Hassan (2005 - Bronzo) Cross
Moses Mosop (2007 - Argento) Cross
Martin Sulle (2003 - Bronzo) Mezza maratona
Abdulla Ahmed Hassan (2004 - Bronzo) Mezza maratona
Mubarak Shami (2005 - Argento) Mezza maratona
Robert Kipchumba (2006 - Argento) 20 km strada
Mubarak Shami (2007 - argento) Maratona
Abdullaed Hassan (2008 - Bronzo) Mezza maratona
Sylvia Kibet (2009 - 2011 - Argento) 5.000 F
Jeruto Kiptum (2005 - Bronzo) 3.000 siepi F
Maria Curatolo (1987 - Bronzo) 15 km strada F
Ornella Ferrara (1995 - Bronzo) Maratona F
Lydia Cheromei (2004 - Argento) Mezza maratona
Rita Jeptoo (2006 - Bronzo) 20 km strada F

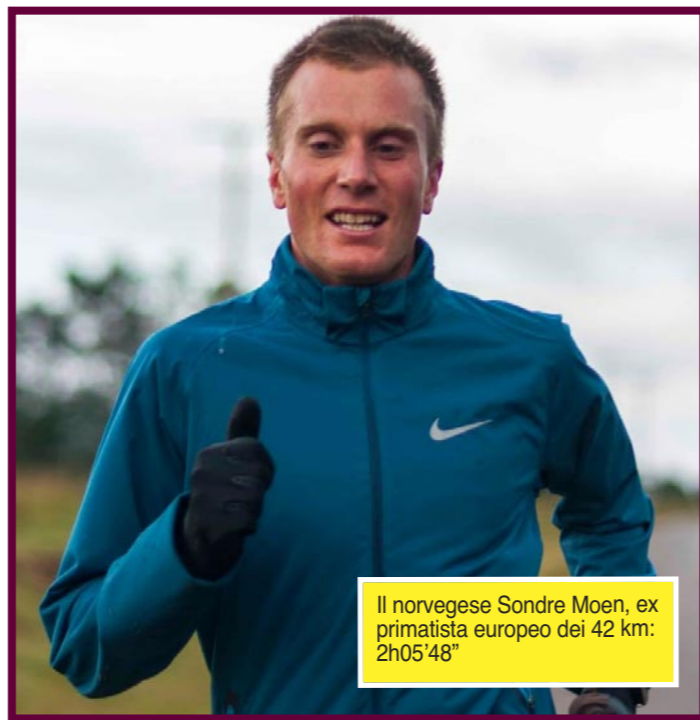
mento, per esempio offrendo ad un mezzofondista veloce con caratteristiche aerobiche come Pietro Aresse la motivazione di migliorarsi a livello aerobico anche durante un periodo non finalizzato».

In una intervista che ci rilasciò nel maggio 2018, era stato impietoso con il movimento italiano, affermando che "il vero problema è che l'atletica italiana attuale si è posizionata su livelli amatoriali come impegno e mentalità [...]. Si deve deci-

dere se è più importante avere grandi numeri di atleti episodici ed amatori, o un ridotto numero di atleti di vertice vero. O, come possibile, tenere in piedi ambedue le situazioni, ma con premesse ben diverse sia a livello organizzativo che di mentalità". A distanza di quattro anni che cosa è cambiato, se qualcosa è cambiato...

«È mia impressione che, sotto lo stimolo di un biennio che presentava Giochi Olimpici, Campionati Mondiali e Campionati Europei, sia iniziato un ricambio generazionale, con la crescita a buoni livelli internazionali di molti atleti, che, grazie alle limitazioni nei viaggi dovute al Covid, hanno potuto fare esperienze in precedenza non consentite, visto il loro livello. Ritengo però che, come spesso avviene, i grandi risultati conseguiti nel 2021 abbiano prodotto un eccesso di autonomia tecnica, facendo perdere in parte quel rigore metodologico alla base della esplosione olimpica, creando le premesse per un parziale "analfabetismo di ritorno" che, in alcuni casi, ha fatto regredire il singolo, invece di stimolarlo ad ulteriori progressi.

«In molti casi, il livello conoscitivo di alcuni tecnici sociali non si è evoluto così velocemente come avvenuto per l'atleta. Un atleta di talento raggiunge livelli internazionali nel giro di un paio d'anni, ma un tecnico che non abbia ancora avuto la possibilità di vivere il mondo di vertice in



Il norvegese Sondre Moen, ex primatista europeo dei 42 km: 2h05'48"

tutte le sfaccettature si trasforma in breve tempo dall'essere "motore" dello sviluppo tecnico dell'atleta ad essere il limite alla sua evoluzione. Ecco quindi che esiste una sola strada: quella del continuo confronto, senza gelosie e con vantaggi comuni, così da stimolarsi a vicenda e rendere più agevole la strada del progresso, che non è solo tecnico ma mentale e conoscitivo».



www.atbsport.it



Via G.B. Pirelli, 26
20124 Milano
tel. 02/6709982
info@atbsport.it

Agenzia esclusiva per l'Italia per le pavimentazioni sportive



Manti Certificati
World Athletics

Pensieri in libertà

L'Europeo di cross è alle porte...

Ricapitoliamo. Stagione outdoor conclusa. Matrimoni vip terminati. Viaggi di nozze, sfarzosi o meno, finiti. Venaria Reale, inteso come Europeo di cross, viaggia a spron battuto. Marcel Jacobs ha ripreso ad allenarsi. Mostra su Instagram fotogrammi dove si vede il nostro, intento a fare colazione, Warm up (... è così ragazzi, l'inglese impera), allunghi alla grande con tanto di curva... vi dice nulla? Pranzo frugale, riposino, palestra con pesi nel pomeriggio. Jacobs è l'uomo sportivo dell'anno votato dai giornalisti de "la Gazzetta dello Sport", cerimonia in quel di Segesta (Sicilia) mostrata al volgo dopo 2/3 settimane, più o meno a mezzanotte su LA7. Emittente televisiva di Urbano Cairo, che di sport ne produce e ne trasmette pochissimo, siamo percentualmente sotto la linea della decenza. Radio scarpa ci informa che Gimbo Tamberi ha iniziato a fare i "gradoni", il babbo, come annunciato, lasciato a casa. A chi l'incombenza di allenarlo? Non è che la questione fa perdere il sonno. Chi vivrà vedrà. Filippo Tortu, sul quotidiano "La Ragione" (tiratura, diffusione e lettori non disponibili...) an-

nuncia di voler scendere sotto i 10" nei 100 e 20" nei 200, senza alibi in caso di insuccesso, tutto ciò in data 1° novembre. Nel frattempo Yeman Crippa è volato a Iten, nella Rift Valley (Kenya) per preparare l'Europeo di cross di Venaria, poi a febbraio debutterà in maratona (non a Siviglia) little money... ma da altre parti del mondo dove il money scorre a fiumi. Sempre il 1° novembre si apprende che le World Relays, ovvero i Mondiali di staffette, la rassegna che poi permette alle nazionali di partecipare per vincere il titolo Mondiale (quello vero) sono state cancellate. Si dovevano disputare in Cina a Guangzhou il 13 e 14 maggio, ma da quelle parti la pandemia, pare, ci sia ancora, non come da noi che è tutto ormai nella più completa normalità (con decine di morti al giorno, ma come dice uno speaker emiliano: que-

sta è un'altra storia). Per tanto, niente World Relays, come i Mondiali sotto tetto, cancellati a suo tempo, erano programmati a marzo. Allora la World Athletic per voce di Lord Sebastian Coe, l'ex miler campione olimpico capace di organizzare i Mondiali in luoghi dove alla popolazione locale dell'atletica non gliene frega nulla, leggi Doha ed Eugene, ha deciso che le prime otto nazioni degli ultimi Mondiali all'aperto in Oregon vedranno la pista di Budapest il prossimo agosto, gli altri otto la qualificazione se la dovranno conquistare nel corso dell'anno in base ai tempi realizzati. Gli italiani hanno già il pass nella 4x100 donne, 4x400, sempre donne e la 4x400 mista. Allora i nostri Patta, Desalu (che ha pure scritto un libro) Tortu e Jacobs, sempreché riescano a trovare un momento in comune (inteso come data, lasciando

perdere gli impegni personali) per scambiarsi vicendevolmente il testimone. Dovranno provarci prima di una determinata data, così pure la 4x400 dei maschietti. Abbiamo parlato di World Athletic che nel 2023 lancerà il Mondiale di corsa su strada. Dove, in unica soluzione, si assegneranno i titoli dei 5/10 chilometri e mezza maratona. Per la gioia degli organizzatori di corse su strada. Chiudiamo questi pensieri, scritti a briglia sciolta, buttati giù la sera del 1° novembre, anzi a tarda sera, scrivendo che ci è arrivato l'ennesimo "cazzatone": «Siete l'Ufficio Stampa di Antonio La Torre». Questo non l'avevamo ancora sentito. Non diciamo chi l'ha detto, leggetevi altri pezzi su questo numero di Trekkenfield e in uno di questi troverete l'accusatore. Intanto, l'Europeo di cross viaggia a spron battuto. Sono arrivati pure i moduli per gli accrediti. Siamo le solite malelingue. Stessimo zitti una buona volta... Spron Battuto.

Walter Brambilla



Il talento di Flavio? Scoprire talenti

Lunga chiacchierata con un connazionale che vive a Kampala in Uganda dal 1995 e da grande appassionato di atletica si è dedicato a scoprire e poi lanciare nel mondo giovani talenti, specie nel mezzofondo e fondo.

Walter Brambilla

Flavio Pasqualato è un uomo che lavora nell'ombra. In pochi, se non gli addetti ai lavori, conoscono la sua storia di scopritore di talenti.

Intanto cominciamo col dire che è nato 67 anni fa a Mori a due passi da Rovereto, città trentina con l'atletica nel sangue e lui, come tutti gli appassionati di questo sport, corre e si allena anche con Carlo Giordani. Sì, l'attuale presidente della Quercia di Rovereto. Nel 1995 compie un viaggio in Uganda con un progetto di cooperazione per conto di una Ong. Si trova coinvolto ad Arua (nord della nazione che confina con il Sud Sudan e il Congo) in una sorta di campionato nazionale di atletica, dove ci dice «non esisteva quasi nulla, dalle righe che delimitano le corsie, ai materassi per il salto con l'asta. Eppure, c'erano giovanissimi atleti che volavano sopra i tre metri abbondanti con aste improvvisate».

Flavio che ha un amore viscerale per l'atletica dedica tutto il tempo libero alla sua disciplina, nonostante i primi approcci siano difficili per contrasti interni tra le tante tribù presenti nella nazione che ha come capitale Kampala. «Si viveva con un contributo della IAAF che era allora di 15.000 dollari l'anno (anni novanta), la sede della federazione era in uno scantinato. Un grande lavoro di reclutamento di talenti, questo è stato fatto. Erano veramente tanti, ma la difficoltà di riuscire a coinvolgerli non era indifferente. Oltre a ciò, era difficile reperire fondi, sponsor e tutto quanto necessario per lanciare gli atleti talentuosi che si riusciva a coinvolgere. Dopo anni di proficuo lavoro, il botto arriva nel 2002 all'Arena di Milano. Justyne Bak, nel corso di una "Notturna", diviene la primatista mondiale dei 3.000 siepi. Justyne per qualche tempo ha vissuto a casa mia – continua Pasqualato – È stato un momento assai importante per l'atletica ugandese che viveva nel ricordo dell'uomo che l'ha resa famosa nel mondo: John Aki Bua, che nel 1972 vinse l'oro a



Sotto: Flavio Pasqualato. Da oltre 25 anni il nostro connazionale vive in Uganda ed è grazie a lui se l'atletica mondiale conosce i grandi campioni ugandesi. Qui lo vediamo con Jacob Kiplimo (a destra mentre vince i 5.000 ai Giochi del Commonwealth 2022). Pasqualato lo scoprì a 14 anni dopo una sua vittoria in una corsa in montagna.



Monaco nei 400 ostacoli. John l'ho conosciuto appena arrivato in Uganda, era un idolo, peccato ci abbia lasciato troppo presto: nel 1997. Era l'eroe nazionale, nessun atleta per ora ha ricalcato le sue orme, è ancora un esempio. Il mio lavoro è consistito principalmente nel ricercare aziende che potessero affiancare gli atleti, permettere loro di andare a gareggiare con indumenti tecnici e calzature decenti. Sono arrivati a darci una mano i manager come Gianni Demadonna, Federico Rosa, Marcello Magnani e Giuseppe Giambone che non è un manager ma un tecnico che gestisce in Italia il Tuscany Camp. Siamo partiti senza sede, senza soldi e dopo 39 anni abbiamo visto l'Uganda sul gradino del podio al Mondiale di cross (2017): un oro under 20 con Jakob Kiplimo, due bronzi a squadre tra le senior donne e, sempre in

FLAVIO PASQUALATO ricopre la carica di Presidente del Comitato Finanziario e membro dell'esecutivo e incaricato dei contatti con gli Athletes Representative (managers) per lo sviluppo degli atleti ugandesi. Dal camp di Bukwo sono usciti campioni come Peruth Chemutai, Solomon Mutai, Moses Kipsiro, Boniface Kiprop. Grazie ai risultati sportivi nel 2006 ha incontrato il Presidente Museveni (ancora in carica) alla State House.

campo femminile, un terzo posto con le under 20». Sono arrivati piccoli investimenti anche da parte del Governo che ha cominciato a sostenere gli atleti nei viaggi all'estero, ma la strada è ancora lunga. Vi faccio un esempio: in questi giorni in Thailandia si corre il mondiale di corsa in montagna, l'Italia è rappresentata da 43 elementi, in altre parole tutte le categorie sono rappresentate, l'Uganda ne conta solo 13! Nello stato dell'Africa Orientale le strutture, i camp, come vengono chiamati, non sono molti. Uno dei più importanti è quello di Bukwo al confine con il Kenya, tra l'altro citato dal vincitore della Venicemarathon di fine ottobre Solomom Mutai, già terzo ai Mondiali di Tokyo nel 2015.

«Vorrei rimarcare un particolare, la maggioranza degli atleti ugandesi arriva dalla zona del Monte Elgon, al confine con il Kenya. Si dice anche che il grande Kip Keino (oro olimpico nei 1.500 per il Kenya '68 e 3.000 siepi nel '72), in realtà fosse nato da quelle parti». Fantasie africane? Forse. Fanno parte del loro modo di vivere che, come sostiene Fabio Pasqualato, se potessero usufruire di maggiore istruzione potrebbero essere ancora più da esempio per tutti.

Lo scopritore di talenti ha rapporti con quasi tutti i manager, non solo italiani, dell'Europa e del mondo compreso Ricky Simms che a suo tempo gestiva niente di meno che Usain Bolt.

Volete sapere su quale atleta punta in questo momento il signor Fabio? Ovviamente su Jakob Kiplimo. «L'ho scoperto leggendo dei risultati di una corsa in montagna. Mi accorsi che un ragazzino di 14 anni aveva battuto due specialisti della di-

sciplina. Quando l'ho visto arrivare a casa mia mi sono trovato davanti un fanciullo, ero quasi incredulo che potesse avere quel potenziale, anche lui arriva dalla zona del Monte Elgon. Federico Rosa è convinto che potrà essere l'atleta in grado di fare meglio di Kipchoge in maratona. Il suo primato mondiale nella mezza è 57'31" da lì si possono fare dei bellissimi riscontri. Kiplimo è nato nel 2000».

Ancora pochi giorni in Italia e Fabio Pasqualato tornerà a Kampala dove risiede con la compagna Beatrice Ayikoru, membro della World Athletic, ex fondista negli anni '80 che gli ha dato due figlie.

Un modo diverso di interpretare le distanze lunghe, forse sconosciuto ai più ma altrettanto interessante e competitivo. Scopriamolo.

Daniele Perboni

Sono gli Anni Settanta. Rivolte giovanili, nuova musica, movimenti extraparlamentari. Nascono formazioni terroristiche di estrema sinistra e destra che dichiareranno guerra allo Stato. Perdendola. Nel mondo sportivo sta prendendo piede un "fenomeno" che, negli anni a venire, diventerà di massa: correre liberamente. In ogni dove, senza più la costrizione di una pista in terra rossa. Sul finire del decennio ecco apparire un libro che segnerà per sempre una tappa fondamentale: *Correre è bello* (1978). Il suo autore, Enrico Arcelli, insegnerà agli italiani come approcciarsi seriamente, fisiologicamente e con metodo scientifico al Running. Quel fenomeno porterà con sé altre "abitudini", ormai radicate nel costume non solo nazionale: le corse su strada. Dapprima di svariati chilometraggi, libere e a cronometro. Poi... come naturale prosecuzione ecco le maratone e le mezze, sempre più frequentate, apprezzate, ricercate, organizzate. Nasce così un nuovo mercato, quello dei podisti, degli amatori, dei patiti della corsa ad ogni costo, di chi ne corre di più, di più in tempi ravvicinati, una al mese, alla settimana, al giorno. Fenomeni sempre più strani e, a volte, pittoreschi tanto da sfociare nel ridicolo. Che cosa si dice in questi casi? De gustibus non est disputandum. Ma veniamo al "perché" di questo articolo. Da anni l'autunno è sinonimo di 42 chilometri e molti organizzatori fanno a gara per accaparrarsi il maggior numero di partecipanti, amatori e professionisti. Si pesca nel serbatoio nostrano che, sino all'inizio degli nuovo Millennio poteva contare su nomi di apprezzato valore internazionale. Poi, con lo scemare di questa categoria, di pari passo è aumentato il numero di coloro che si dedicano alla specialità con intento, diciamo più ludico. Masse di podisti che vanno a colmare le casse degli organizzatori. Ma per esporre in vetrina la propria organizzazione servono nomi di rilievo, di primo piano, di ottimo livello internazionale, così da richiamare un maggior numero di partecipanti e di sponsor. Come detto, però, atleti a "chilometro zero" scarseggiano. Che fare dunque? In mancanza di materiale umano e trascurando i consigli di Vladimir Il'ic Ul'janov agli organizzatori non resta che rifornirsi all'estero, più principalmente nel Continente africano. Forse perché lì gli specialisti costano meno. Ma non è questo il tema che ora ci interessa. Anche in questo ambiente, quell'ode più forti, i costi sono esorbitanti e non tutte le manifestazioni possono sostenere finanziariamente determinate cifre. Non resta che scivolare su categorie più abbordabili, ma comun-

que cronometricamente valide. Facciamola breve. Così facendo si corre il rischio di schierare atleti sconosciuti, o quasi, dai nomi incomprensibili, mai sentiti e che non restano e non resteranno nella memoria della maggior parte delle persone e degli appassionati. Non parliamo dei partecipanti. Agli "amatori" importa solo di se stessi, delle prestazioni personali, dei gruppi di appartenenza. Insomma della loro tribù. Provate a prendervi la briga di spulciare gli ordini di arrivo e vi accorgete che il 90-95% dei primi arrivati sono dei perfetti sconosciuti, anche se tecnicamente e cronometricamente davanti a quelle prestazioni non resta che inchinarsi. Chiaro che con siffatte classifiche l'interesse della stampa scema. E fermiamoci qui. Contravvenendo alla nostra "politica", ora vogliamo presentarvi una corsa su strada con alcuni concorrenti di tutto rispetto, conosciuti nel loro ambito, ma perfettamente oscuri alla gran massa. La manifestazione è un po' anomala rispetto alla gran parte dei quelle presenti in calendario. Non ha data e sede fissa ed è organizzata da uno strano cir-



colo letterario andato alla ricerca di nuovi orizzonti. Chilometraggio a scelta, nessuna omologazione, i rifornimenti sono liberi, partenza e arrivo da individuare e ci si può fermare in ogni momento. Tempo massimo per coprire la distanza? Non segnalato. Ma è consigliabile non superare la settimana. E fin qui nulla di nuovo sotto il sole. La novità, è che durante la corsa, camminata, passeggiata si deve leggere un libro. A scelta.

Provateci. Molti le prima volte vengono presi da un forte senso di vomito, inciampano, perdono la nozione dello spazio e del tempo.

Poi, poco alla volta, ci si abitua e si possono trovare sensazioni meravigliose. Il fenomeno è poco conosciuto alle nostre latitudini ma da altre parti sembra abbia attecchito e già si contano ottimi risultati e altrettanto eccellenti specialisti. Ecceci i migliori di un nuovo mondo.

Francisco "Paco" Scaramanga, snello, 1,90, 35 anni, capelli a spazzola rossicci, con folte basette e occhi marroni. Di origini catalane, si dice che in gioventù abbia lavorato in un circo come acrobata e ancora oggi si prende cura di un elefante.

Ian Malcolm, matematico di professione e docente universitario specializzato nella teoria del caos. Dotato di sottile humor definisce se stesso come un caosologo.

Charles Bingley. Ricco gentiluomo, con una rendita di oltre un milione di euro l'anno, si dice sia dotato di un carattere socievole, schietto ed amichevole. A causa però della giovane età e della mancanza di determinatezza troppe volte non riesce a portare termine le sue fatiche, anche se preparate con cura.

Tom Buchanan. Bellissima moglie, casa lussuosa, finanziariamente "no problem" ma irrequieto e sempre alla ricerca di emozioni forti. Si narra di amanti e sprechi di denaro in continui festini negli hotel di New York.

Martin Bora, tedesco, madre di nobile casata e di origine anglo-scozzese. Poco meno che trentenne, ha frequentato l'Accademia di fanteria a Dresda e l'Accademia di Cavalleria ad Hanover. Se decide di iscriversi ad una manifestazione non c'è nulla che gli faccia cambiare idea. Neppure una ipotetica guerra.

Carlo Re, italo francese, tracagnotto, sempre alla ricerca di corse avventurose nel medio Oriente. Cavalca volentieri nei brevi spostamenti. Poco gradevole alla vista. I suoi detrattori per sminuirlo insistono sull'aspetto fisico, specialmente sul naso piuttosto importante, se non "fuori misura".

Lisbeth Salander. È un'hacker geniale, esperta di pirateria informatica, in grado di raccogliere informazioni da archivi pubblici, privati, bancari o giudiziari. Nell'ambiente è conosciuta col nickname Wasp. Possiede una spiccata memoria fotografica che le permette di memorizzare in poco tempo enormi quantità di dati e informazioni.

Rosa Klebb. Ex agente segreto, ma non è così sicuro, ha disertato per diventare un membro di questa specie di "cavalieri erranti". Viene chiamata, misteriosamente, "Numero Tre". Permalosa, all'inverosimile, scatta per un nonnulla e non accetta consigli da nessuno. Carnagione chiara e capelli sul rossiccio. Gambe lunghe più adatte al salto in alto che alla corsa.

Vesper Lynd. Britannica, veste in maniera mascolina, capelli neri e occhi azzurri. Intenzionalmente nasconde il suo "curriculum" anche quello agonistico. Non rivela mai da dove viene e dove affronterà la prossima fatica. Può rimanere lontana dalle corse anche più di un anno. Ma quando si presenta al via, sempre con libri di un certo spessore culturale, è imbattibile.

Jean Louise "Scout" Finch. Rifiuta i vestitini delicati e ricchi di dettagli destinati alle ragazze della sua età (indefinita, potrebbe avere 25-30 anni così come aver oltrepassato la quarantina). La si vede sempre in calzoncini e scarpe impolverate, e mai iper-tecnologiche.

Julia Brother. Viene sempre descritta come una ragazza dall'aria risoluta, di circa ventisette anni, con una gran capigliatura nera, faccia lentiginosa e movimenti svelti e atletici. Piuttosto alta e magra e con una capacità senza pari nel "leggere" percorso e strategie di gara.

AIPS a congresso

Per la quinta volta consecutiva, Gianni Merlo, ex redattore della Gazzetta dello Sport, è stato eletto alla presidenza dell'AIPS, l'Associazione dei giornalisti sportivi.



Nella giornata conclusiva dell'84° Congresso dell'AIPS, tenutosi a Roma il 5 ottobre, Gianni Merlo, per oltre 40 anni giornalista alla Gazzetta dello Sport, oltre che direttore della rivista Atletica Leggera, è stato rieletto, per la quinta volta, presidente dell'Associazione Internazionale della Stampa Sportiva (AIPS). Con lui, anche il turco Esat Yilmaer e il croato Jura Ozmec sono stati rieletti rispettivamente per le cariche di primo vicepresidente e tesoriere.

La giornata conclusiva del Congresso è iniziata con un emozionante minuto di silenzio per tutti i colleghi scomparsi nei due anni e mezzo trascorsi dall'ultimo Congresso.

Per la prima volta nella storia dell'associa-

zione, sono state elette due donne come vicepresidenti: la keniana Evelyn Watta, riconfermata nel ruolo, e l'ungherese Zsuzsa Csisztu, in precedenza membro del Comitato esecutivo uscente. Riconfermati nel ruolo di vice presidenti il greco Ioannis Daras e Mohammed Hiji del Qatar. Questo il nuovo esecutivo che resterà in carica per il quadriennio 2022-2026.

Presidente

Gianni Merlo (Italia)

Primo vicepresidente

Esat Yilmaer (Turchia)

Vicepresidenti

Zsuzsa Csisztu (Ungheria)

Ioannis Daras (Grecia)
Mohammed Hiji Ali (Qatar)
Evelyn Watta (Kenya)

Comitato esecutivo

Ahmadi Seyed Abdolhamid (Iran)
Malik Amjad Aziz (Pakistan)
Adel Al Zahrani (Arabia Saudita)
Gao Chao (Cina)
Vicente Dattoli (Brasile)
Emanuel Fantaneanu (Romania)
Josef Langer (Austria)
Morad Moutaouakkil (Marocco)
Ernesto Ortiz (Uruguay)
Juan Antonio Prieto (Spagna)
Hiroshi Takeuchi (Giappone)
Marc Ventouillac (Francia)
Joze Zidar (Slovenia)



Pietro Riva.
Foto Colombo/Fidal

91° CINQUEMULINI

WORLD CROSS COUNTRY TOUR



Unione Sportiva
San Vittore Olona 1906

STELLA D'ORO AL MERITO SPORTIVO



"il cross più bello del mondo"

14 - 15 GENNAIO 2023