



TREKKEN

n. 123

2023

Periodico

Foto profilo Instagram crazylongjumper

Jacobs addio Roma

**Assefa
ci porta
nel futuro**

**Una crepa
nella carta
etica**



Foto Fiamme Oro

Tu vuo' fá l'americano

Walter Brambilla - Daniele Perboni

L'articolo era quasi completato. Poche righe e poi la chiusura. Chiedevamo perdono al padre per aver peccato. La colpa? Tradire piste e pedane per trenta giocatori, i denari ormai son passati di moda..., che, regolarmente in mutande ma con caschetti e paradenti, rincorrevano, tra placcaggi, ruck, contro ruck, maul, mischie ruggenti, meravigliosi calcetti a seguire, quella maligna palla ovale che non sai mai dove possa rimbalzare. In famiglia, Irlanda, Tonga, Galles, Portogallo, Figi, Australia, Uruguay hanno fatto gridare al miracolo. Possibile che questo qui abbandoni la sua amata? Si chiedevano. Sì, era tutto vero. Un'occhio al rugby e l'altro un po' più distratto a quegli altri protagonisti. Poi...

Poi ecco il contro miracolo. Una frase buttata lì, quasi per caso (ma si è poi capito che il latore della profezia non parlava invano) ha aperto un mondo. Un nuovo mondo: Marcell Lamont Jacobs abbandona il vecchio allenatore / padre / taumaturgo / mentore Paolo Camossi. L'uomo che lo ha plasmato portando un quasi (e sottolineiamo quasi) buon saltatore in lungo da 8.48 ventoso (+2,8, Bressanone, 10-6-2016), al podio olimpico, udite udite, dei 100 metri. Con tutto quello che ne è sortito in seguito, con un approdo che nessuno si sarebbe immaginato. Neppure il più maligno dei cronisti. Tutto normale? Sì, tutto nella norma. Non sta scritto in nessun papiro e inciso in nessuna "tavola della legge" che un atleta debba rimanere per sempre con lo stesso tecnico. È la norma, o quasi. Anche gli amori e le infatuazioni più intense alla fine svaniscono o si trasformano in un sentimento placido di rispetto. Il bi-

nomio non funziona più? Via, si cambia. Anche il capitano azzurro, Gimbo Tamberi, è passato sotto quella croce, rinascendo e vincendo il titolo iridato. Dunque, perché non potremmo assistere ad un altro miracolo? Non sarebbe il primo e neppure l'ultimo.

Il problema è la modalità in cui è venuto alla luce l'epocale mutamento: in totale segretezza, anche se lo si può accettare e capire, dati i notevoli (presumiamo) euro (o dollari) che probabilmente sono stati messi o si immetteranno nel nuovo calderone. Il dubbio nasce quando, all'indomani della "bomba" lanciata da Franco Bragagna in diretta TV mentre commentava la finale della Diamond League, i maggiorenti di mamma Fidal, nella persona del Presidente Stefano Mei, e delle Fiamme Oro (Sergio Baldo, Vice Presidente Vicario Fidal, è il responsabile della sezione atletica), la società di Jacobs, parevano cadere dal pero alla domanda: ma è vero? Eppure proprio Fidal e Fiamme Oro, il gruppo sportivo della Polizia di Stato (riportiamo dal sito

www.poliziadistato.it/archivio/category/1337 [...] è articolato in 12 settori sportivi ubicati in 9 centri sportivi nazionali dislocati su tutto il territorio nazionale, nei quali si svolgono 45 discipline con 378 atleti...), dunque non propriamente una società qualsiasi, dovrebbero vigilare sui propri atleti. In special modo se appartengono all'élite del movimento e vengono tutelati in ogni momento della loro carriera. Sostenuti, seguiti, protetti, curati, messi nelle migliori condizioni di allenamento e preparazione, finanziati e retribuiti con denaro pubblico. C'è chi ha spergiurato di non essere al corrente di una simile "profezia", chi non si è fatto trovare al telefono

Nuova vita e direzione tecnica per Marcell Jacobs. Abbandona Camossi per lo statunitense Rana Reider, trasferendosi, con la famiglia, in Florida. Se sarà la giusta scelta solo il tempo potrà giudicare. Intanto la Fidal sembra essere stata presa in contropiede. Una domanda, però, lasciatecela porre: chi pagherà le spese?

(tanti), chi ha preferito non commentare, come il D. T. Antonio La Torre. Insomma, quell'operazione è stata tenuta talmente segreta che Gladio ci fa un baffo. La morale della storia è che la comunicazione federale, unita a quella delle Fiamme Oro, ne è uscita con le ossa rotte, facendo la classica gran figura di palta (per usare un eufemismo). Il cerchio magico che ruota attorno al campione olimpico ha orizzonti ampi, stratosferici che, in soldoni, si traduce nella formula "maggior esposizione mediatica maggior guadagno finanziario". Questa appare come la strada maestra sino ad ora percorsa. Ma la salute dell'atleta, il maggior azionista della ditta, interessa a qualcuno? A pochi e fiacchi risultati corrispondono altrettanti introiti

finanziari. E in questa stagione mondiale il "nostro" non pare abbia brillato come una stella polare. Poche uscite, risultati cronometrici deludenti. Unica perla l'argento nella staffetta 4x100 ai Mondiali di Budapest, oltre al secondo posto ai Campionati Europei in sala. Apparentemente tutti sfoderano sorrisi e pacche sulle spalle. Insomma, la forza dei nervi distesi. Dopo due anni trascorsi non proprio all'altezza del "suo" nome, di Jacobs, corredati comunque da titoli prestigiosi, riuscirà il nostro eroe a ritornare ai fasti olimpici? La tradizione italica di sprinter emigrati oltre oceano non è propriamente positiva. Non resta che attendere i prossimi eventi.

Secondo tempo - E poi c'è una seconda parte. Di questa storia che possiamo eventualmente anche titolare "Arrivederci Roma". Il cosiddetto secondo tempo. Visto che siamo partiti citando la palla ovale, i secondi 40 minuti, tanto quanto dura un tempo del rugby. Prima però ci sta un'anteprima doverosa. Qualora l'episodio del divorzio tra Marcell Jacobs e Paolo Camossi fosse accaduto qualche decennio prima, vi possiamo garantire che la trafila sarebbe stata la seguente: comunicato del Presidente Federale (Primo Nebiolo); comunicato del Responsabile Tecnico della nazionale (Enzo Rossi); comunicato del responsabile dell'atletica delle Fiamme Oro (non ricordiamo chi fosse...). In quest'occasione, invece, quattro righe in cronaca, come si scriveva un tempo per una notizia di poco conto, sul sito della Fidal, citando la fonte, "La

Gazzetta dello Sport". Ma Marcell non fa parte di una società italiana statale? Non è sostenuto economicamente anche dalla Federazione? Loro zitti! Sconcerto per il fatto che i bene informati, ovvero chi stava a Budapest, sosteneva che l'eventuale allontanamento lo si poteva arguire dal comportamento di entrambi. "Una settimana di tempo" aveva dichiarato il nostro sprinter, poi annuncerò il nome di chi mi seguirà il prossimo anno. Da quel momento è partito sul mio cellulare una ridda di nomi, inteso come tecnici, da fare spavento. I più gettonati? Giorgio Frinolli e Marco Airale. Subito però il nome che si aggiudicava più "like" era Rana Reider, coach con maggiori possibilità

di essere il prescelto. Uomo di 53 anni, chiacchieratissimo, per un fatto poco chiaro avvenuto nel 2014 con una sua allieva allora minorenne. Lui alla fine è stato il prescelto. La notizia arriva il 25 settembre: "Mi allenerò con Bromell, De Grasse e Sami Brown". Jacobs, dopo le vacanze in Botswana e Sudafrica si trasferirà a Jacksontonville in Florida, un milione di abitanti, con strutture degne del campione olimpico e vivrà la sua avventura americana, per ora, pare, senza famiglia. Nicole Daza e figli a tempo debito arriveranno. Volete mettere allenarsi con André De Grasse, tanto per fare un nome? Marco Buonarrigo firma de "Il Corriere della Sera" decide di mettere

nero su bianco interrogando tecnici italiani, che vanno per la maggiore (quattro). Questi hanno affermato di non essere d'accordo, ma vogliono garantirsi l'anonimato. Cosa volete tengono famiglia. Perché se avessero dichiarato la loro opinione negativa, che sarebbe accaduto? Trasferimento coatto all'Isola del Diavolo? Annullamento del contratto in essere? Oppure speranzosi di ottenerlo, il contratto, non si sono voluti esporre? Mamma mia! Nello stesso periodo ho inviato un wapp. a persone che vivono il nostro mondo facendo la seguente domanda: "Chi paga Rana Reider?". Anche in questo caso c'è chi si è astenuto (pure questi tengono famiglia). Il maggior numero di risposte è stato: "La Fidal", oppure "La Fidal e la Puma"; ancora "bella domanda" (dirigenti federali); "con i soldi che guadagna e vince"; "Controlla se nei cento tecnici federali si trova il nome di Rana Reider"; "spero lui;

"non lo so": "investimento giusto per un campione olimpico". Insomma, il divorzio e il trasferimento negli Usa è stato e sarà anche per i prossimi mesi il tema dell'atletica che sfocia nel gossip dell'anno. Qualcuno ha osato scrivere: "non mangia il panettone", termine calcistico. Il significato è chiarissimo: lo rivedremo in Italia prima di Natale. Jacobs si trasferirà dall'altra parte dell'oceano con Alberto Marcellini, fidatissimo fisioterapista e il "tuttofare" Andrea Caiafa. Anche il mondo della comunicazione di Marcell pare muterà. Comunicazione? Più che altro era una sorta di muro per far sì che nessuno

potesse avvicinarlo e non riuscire a scambiare alcuna impressione nell'ambito atletico. Con lui e con lo stesso Paolo Camossi. L'avventura sta iniziando. La narrazione è tutta da scoprire: verrà in Europa per la stagione indoor? Prenderà parte agli Assoluti che ha



Foto profilo Instagram paolocamossi

Paolo Camossi.

Adesso l'uomo che ha forgiato Jacobs, accompagnandolo dal salto in lungo allo sprint, di cosa si occuperà? In attesa di tutto ciò, a Marcell Lamont Jacobs auguriamo il meglio, ovvero torni a fare garrire il tricolore sul pennone più alto di Parigi il prossimo anno.

Riceviamo e pubblichiamo

Ecco una lettera, firmata da ventisei società, indirizzata alla Fidal centrale, ai Consiglieri federali e ai Presidenti regionali.

La stagione sportiva 2023 che va chiudersi con gli ultimi appuntamenti sportivi, ha visto le Società sostenere impegni gravosi sia organizzativi che economici, nonché ore impegnate ad affrontare le problematiche imposte dalla nuova Legge sullo Sport.

Con piacere plaudiamo i tanti successi degli atleti azzurri in tutte le maggiori competizioni internazionali frutto anche del lavoro

svolto dalle società e dai loro tecnici.

Al fine di programmare al meglio la prossima stagione, poniamo all'attenzione del Presidente, dei Consiglieri Federali e dei Presidenti Regionali le seguenti riflessioni e richieste:

Calendario

- Definizioni delle sedi dei Campionati italiani individuali e di società entro la fine di novembre al fine di poter pianificare i budget societari.
- Cancellazione del Challenge
- Riunificazione Campionati italiani Junior e Promesse
- Svolgimento dei Campio-

nati italiani allievi in due giornate

Rimborsi:

- Abolizione della franchigia dei 100 km.
- Incremento del rimborso chilometrico in seguito all'aumento dei costi di carburante, autostradali e degli alberghi.
- Inserimento dei Campionati italiani indoor allievi, junior, promesse ed assoluti e dei Campionati italiani assoluti open fra le manifestazioni oggetto di rimborsi.
- Versamento alle società dei rimborsi entro 30 giorni dal termine di ogni manifestazione.

Ringraziando per la cortese attenzione, con l'occasione porgiamo i migliori saluti.

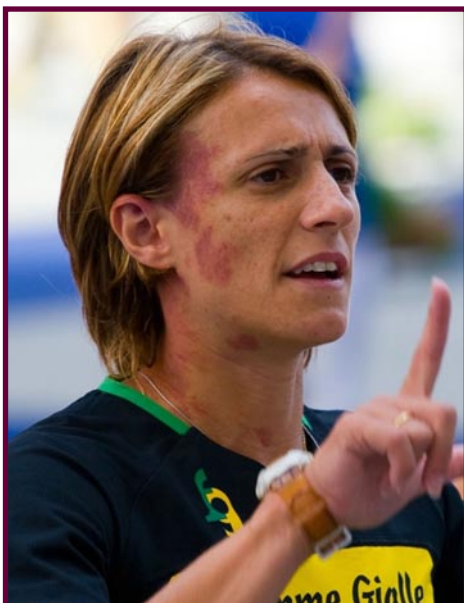
Acsi Italia Atletica, Bracco Atletica, Us Quercia Rovereto, Atletica Livorno, Atletica Brugnera Pordenone, Asd Atletica Reggio, Nuova Atletica Varese, Cus Pro Patria Milano, Atletica Lecco Colombo Costruzioni, Atletica Futura Roma, Cento Torri Pavia, Atletica Biotekna, Atletica Bergamo 1959, Athletic Club 96 Alperia, Asd La Fratellanza Modena, Cus Cagliari, Atletica Brescia 1950, Cus Insubria Varese Como, Cus Genova, Arcs Atletica Perugia, Osa Saronno, Libertas Magliani Udine, Atletica Stronese, Calcestruzzi Corradini Excelsior, Pro Sesto Atletica Cernusco, Atletica Vigevano.

Ricambio fisiologico o tensioni nascoste?

Daniele Perboni

Come già scritto nelle pagine precedenti, non siamo rimasti scandalizzati dai diversi cambi di allenatori avvenuti recentemente in seno all'atletica italiana. Succede, è fisiologico. È normale che nel prosieguo della carriera un atleta cerchi nuovi stimoli, altri obiettivi, incentivi diversi che gli consentano di trovare le giuste motivazioni per continuare ad allenarsi ad alta intensità senza che quella "vitaccia" (perché, credeteci, nonostante i benefici emozionali ed economici, si è sottoposti ad alte tensioni e pressioni psicologiche che ogni tanto fanno tremare, oltre agli infortuni che sovente annegano sogni e prospettive in un buio quasi totale) diventi un peso tale da spingerlo/a a smettere o a non trovare più i motivi stimolanti d'inizio carriera. Non ci pare normale, o perlomeno inusuale, che nel giro di pochi mesi ben tre atleti di punta della nazio-

nale azzurra abbiano avvertito tale necessità. Elena Vallortigara (Carabinieri) ha abbandonato il tecnico senese Stefano Giardi, che la seguiva dall'ottobre 2016, per accasarsi a Formia e farsi seguire da Antonietta Di Martino, primatista italiana dell'alto (2.03, giugno 2007, 2.04 indoor, febbraio 2011). Di Marcell Jacobs abbiamo già scritto in abbondanza nelle pagine precedenti. Per ultima è giunta la notizia che anche Antonella Palmisano, oro nella 20 km di marcia a Tokyo e bronzo ai recenti Campionati iridati di Budapest, sempre nella 20, ha maturato il cambio di allenatore. Fuori il mitico e storico Patrick Parcesepe e dentro il marito Lorenzo Dessi, ax azzurro di marcia e già tecnico nelle Fiamme Gialle, la società dei due coniugi. Evidentemente qualche ingranaggio si è inceppato e la Federazione pare abbia perso quel "filo" che la teneva legata ai tre, anzi quattro, atleti. Una sorta di malessere tenuto nascosto ed esploso dopo una stagione più o meno deludente? Oppure è lo stesso Direttore Tecnico, Antonio la Torre, a non aver più una presa e una autorevolezza così granitica come in precedenza. Sta iniziando, forse, a "mollare" la presa in vista di un futuro addio, dopo i Giochi di Parigi 2024? Semplici e inutili speculazioni filosofiche? Potrebbe anche essere. Poi si potrebbe ribaltare il quesito: La Torre è talmente stimato e ascoltato da riuscire ad imporre una sua linea tecnica, proprio all'indomani di una stagione piuttosto tribolata per i tre atleti in questione. In questo caso si è assunto una responsabilità enorme. Sempre, sia beninteso, se la dirigenza Fidal lo segue senza batter ciglio. Il caso dell'apertura alla nazionale per atletiincorsi nella censura del doping lascia spazio a molte considerazioni. Comunque stiano le cose è un segnale che non va trascurato. Gli europei romani e i Giochi di Parigi sono dietro l'angolo. Gianmarco Tamberi ha dimostrato che tutto è possibile. Ma lui è Gimbo!



Da sinistra: Antonella Palmisano, Antonietta Di Martino ed Elena Vallortigara. Foto Colombo/Fidal

Crepa nella lotta al doping destinata ad allargarsi

E così è arrivato il provvedimento ad personam anche nel mondo dell'atletica. Spieghiamo meglio: il Consiglio Federale nell'ultima seduta ha deliberato una norma alquanto discussa e controversa.

Walter Brambilla

In merito ai principi della Carta Etica, è stata approvata all'unanimità una norma che prevede la possibilità per il Consiglio Federale di concedere il diritto a indossare la maglia azzurra a chi sia incorso in squalifiche pari o superiori ai 2 anni per violazioni delle normative antidoping, nel caso in cui vi sia un voto all'unanimità e laddove ricorrano i seguenti requisiti, o almeno due su tre: a) condotta commessa entro il compimento del 23esimo anno di età; b) valutazione delle modalità di realizzazione della condotta come accertata dagli organi di giustizia competenti; c) assenza di ulteriori condanne disciplinari e/o di procedimenti in corso. Avete letto bene? Sì. Certo. La questione si è palesata anche via facebook (la cloaca massima

dell'informazione e della disinformazione) ex atleti, dirigenti e appassionati più o meno tutti contrari. Ci si attendeva una risposta magari da parte del sito "latletica 2024" che appena può stigmatizza l'operato della dirigenza, invece, anche da quella campana, si parla di un loro successo, poiché originariamente le tesi era: "Da qualche mese, la Presidenza Federale ed un consigliere (Chi? N.d.R.) avevano predisposto una "revisione" della Carta Etica in cui si sostituiva "il diniego a vestire la maglia azzurra con un impegno a partecipare ad iniziative volte al contrasto al doping". Conclusione il motivo è il seguente: dare la possibilità di fare vestire la maglia azzurra a Valentina Gemetto (25 anni 8'50"57 a Rovereto-settembre) nome che tutti a voce hanno ammesso, ma che nessuno ha scritto, incappata in uno scivolone giovanis-

sima (maggioresse?) con una pena di due anni sul groppone. Ora, trascorso il periodo di squalifica essendo la stessa seguita da Chicco Leporati (Vox populi vox dei), già tecnico di Stefano Mei e responsabile del mezzofondo azzurro, si deve permetterle di riprovare la scalata verso la maglia azzurra. La Carta Etica è stata quasi stracciata cheché ne dicano i vari consiglieri Baldo, Balzani, Vanni, Del Naia e Campari. Ma intanto una crepa, larga, alla quale ci si può aggrappare esiste. State tranquilli, gli avvocati del marciatore che furoreggia al "Grande Fratello" troveranno l'appiglio al quale avvinghiarsi. Ma il presidente Federale non è sempre stato l'uomo contro il doping? È una scivolata, la si ammetta! Così come nessun atleta si è ancora pronunciato sul caso. Dimenticavamo pure loro, gli atleti, tengono famiglia!

Talento o super scarpe?



Tigst Assefa sul traguardo della maratona di Berlino. Foto organizzazione.

Il 2h11'53" dell'etiope Tigst Assefa è qualcosa di straordinario. Un crono che sembra arrivare dal futuro, specialmente per una atleta che in gioventù si era presentata con un 54"04 sui 400.

Renato Canova

Il nuovo primato mondiale nella maratona realizzato il 24 settembre a Berlino da Tigst Assefa (2:11:53, stesso tempo conseguito dal suo manager Gianni Demadonna quando giunse secondo a New York nel 1987) ha ovviamente scatenato tutta una serie di questioni, alle quali troppo spesso sono state date risposte emotive e non tecniche. Una delle domande riguarda il passato atletico di Tigst, che ha iniziato con i 400 metri, correndo, allora appena sedicenne, in 54"05 nei Campionati Africani del 2012, per poi passare agli 800 metri, esperienza esauritasi

Così il tecnico torinese, grande esperto e conoscitore delle "cose" d'Africa, prova ad analizzare se quanto avvenuto a Berlino il 24 settembre è veramente strepitoso o lo si poteva prevedere.

con la partecipazione alle Olimpiadi di Rio del 2016. La domanda è: come è possibile che un'atleta che nasce quattrocentista possa avere le qualità per un primato del mondo, anche se ottenuto una decina di anni più tardi, nella maratona? Ebbene, io vorrei capovolgere la domanda: la capacità di correre i 400 in 54" a 16 anni denota una caratteristica fisiologica esclusivamente legata alla sfera velocistica (percentuale di fibre veloci, elasticità di corsa, reattività di piedi) oppure può essere conseguita anche da atleta dotate per le più lunghe distanze in futuro, e che posseggono una percentuale più elevata di fibre lente, nelle quali si determinano, grazie ai mitocondri, le basi della resistenza aerobica?

La percentuale di differenza tra una prestazione di valore mondiale sui 400 femminili, ad esempio 49", ed il 54" di cui sopra, è di circa il 10%, e non denota di per sé la certezza di trovarsi di fronte ad una atleta di futura dimensione internazionale sulla distanza del giro di pista. Se analizziamo il numero delle atlete "youth" che hanno corso in meno di 54"05 a partire dal 2012. Troviamo i seguenti dati:

2012 – 20; 2013 – 15; 2014 – 29; 2015 – 31; 2016 – 23; 2017 – 33; 2018 – 41; 2019 – 43; 2020 – 13; 2021 – 21; 2022 – 16; 2023 – 22

Il numero è cresciuto in funzione dei Campionati Mondiali Youth, ed è successivamente diminuito quando gli stessi sono stati cancellati da World Athletics, e durante il periodo del Covid.

Tra le "cadette" che hanno corso in 54" o al di sotto di tale tempo, troviamo pochi esempi di atlete divenute campionesse: tra queste El Naser (52"74 a 16 anni e 51"39 a 17), Sydney McLaughlin (53"78 a 15, 52"59 a 16 e 51"87 a 17) e Athing Mu (52"45 a 16 e 51"98 a 17).

Tigst, nonostante il suo 54"05, non era in grado di scendere al di sotto dei 26" sui 200 metri. La sua interpretazione del giro di pista era quindi basata su di una notevole resistenza specifica ad una elevata percentuale della propria velocità massima. Era quindi naturale approdare agli 800, dove fin dal primo anno ottenne ottimi risultati, sicuramente migliori se comparati ai 400 metri. Nel 2013 corse subito in 2'01"25 (terza al mondo tra le youth) e l'anno successivo andò due volte al di sotto dei due minuti, con una miglior prestazione di 1'59"24 (seconda tra le juniores). Il suo allenamento prevedeva, tra l'altro, una buona percentuale di esercitazioni di pliometria, sicuramente utili, ma anche assai pericolose. Tigst iniziò ad avere problemi ad un tendine d'Achille, e dovette fermarsi nel 2015 (una sola competizione per il Club, conclusa con un povero 2:06:51), per poi riprendere nel 2016 inserendo più corsa lunga e prove lunghe in pista effettuate con scarpe non chiodate, riuscendo a reggere fino ai Giochi Olimpici, quando rappresentò sugli 800 metri l'Etiopia, non superando comunque i turni eliminatori.

Poiché i tendini non mettevano giudizio e creavano problemi ogni volta che usava scarpette chiodate, Tigst abbandonò momentaneamente l'atletica per tutto il 2017 e gran parte del 2018.

Ma Gemedu Dedefo, che non era il suo allenatore, rendendosi conto del potenziale (anche mentale) per le gare più lunghe, la convinse a riprendere gli allenamenti con l'obiettivo di correre distanze fino alla mezza maratona, schierandola su di un primo 10 km su strada in Dubai nel 2018, concluso in un non significativo 34'25". Ma ormai la strada era segnata. Inserita nel gruppo di maratonete, comprendente alcune delle migliori al mondo, Tigst si migliorò nel 2019 giungendo a correre i 10 km in 31'48" ed esordendo sulla mezza maratona a fine stagione con un promettente 1:08:24.

Nell'inverno 2021, gli allenamenti aumentarono di intensità e di volume, ed il talento di Tigst emerse anche sulle lunghe distanze. Nel 2022, dopo aver realizzato primati personali sia sui 10 km (30'52") che sulla mezza maratona (1:07:20), l'esordio in maratona, in verità con una preparazione incompleta, che la costrinse ad alcuni chilometri lentissimi per una totale disidratazione, non avendo ancora l'abitudine di bere con regolarità usando tutti i rifornimenti.

Gemedu credeva moltissimo nella ragazza, che cresceva rapidamente divenendo una delle migliori del gruppo, che comprendeva Amane Beriso, in seguito vincitrice a Valencia con 2:14:58, seconda prestazione di sempre. Tigst, a sorpresa per tutti coloro che non la conoscevano ma non per l'allenatore Gemedu ed il manager Gianni Demadonna, si impose a Berlino in 2:15:37, e da quel momento l'unico pensiero fu l'attacco al record del mondo, di nuovo Berlino, un anno dopo.



Agenzia esclusiva per l'Italia per le pavimentazioni sportive

REGUPOL



Realizzazione pista di atletica Centro Sportivo Comunale "Falcone e Borsellino" - Città di Pietrasanta



ATB sport srl
Via G.B. Pirelli, 26
20124 Milano

tel. 02.6709983
info@atbsport.it
www.atbsport.it

IL RUOLO DI GEMEDU DEDEFO E DEL MANAGER GIANNI DEMADONNA

Gemedu non vanta un passato di atleta, ed il suo approdo all'atletica è stato casuale, dovuto al fatto di essere il marito di Leila Amman, prima maratoneta etiope in seguita Gianni Demadonna. Gianni, ormai consolidato in Kenya, era stato approcciato da Leila, che gli aveva chiesto la disponibilità a seguirla managerialmente. Gianni accettò, e si pose il problema di come strutturare la propria attività manageriale in Etiopia. Aveva bisogno di qualcuno che fosse in grado di reclutare buoni atleti, e che li potesse anche allenare. Il trentino trovò in Gemedu una persona dotata di notevole carisma, molto appassionato, anche se tecnicamente acerbo, ed lo fece diventare la base dello sviluppo della branca etiope del management, individuandone personalità, interesse e talento organizzativo. Per un paio d'anni, Gabriele Nicola, conosciuto nel mondo della maratona soprattutto perché coach di Mary Keitany, frequentò per brevi periodi l'Etiopia, giungendovi direttamente da più lunghi periodi passati in Kenya. Gabriele fu un elemento fondamentale nello sviluppo di Gemedu, soprattutto insegnandogli come organizzare e gestire un gruppo di atleti, iniziato con le sole donne, ma via via esteso anche agli atleti maschi. Gemedu mi contattò nel 2008 per avere dei programmi di allenamento, e nel 2009 avemmo modo di parlare in modo più approfondito di metodologia di allenamento durante i Campionati del Mondo di Berlino, dove ero responsabile del Qatar e Gemedu era alloggiato in un albergo lontano 50 metri da quello del mio team. Capii subito che Gemedu poteva avere le qualità per divenire un ottimo tecnico. La sua voglia di imparare, la sua curiosità, la sua precisione, la sua applicazione, in altre parole la sua professionalità, emersero fin da quei primi colloqui, ed insieme stabilimmo una strada da percorrere per costruirne le capacità tecniche. Per un paio d'anni inviai, su base settimanale, i programmi per tutti gli atleti migliori del gruppo, rispondendo alle domande intelligenti che costantemente Gemedu mi poneva, nell'intento di capire i motivi di ogni scelta tecnica. Dopo alcuni anni di collaborazione, con crescente responsabilità da parte sua, nell'inverno 2014/2015 passai un lungo periodo in Etiopia come responsabile della squadra cinese, e per la prima volta ebbi l'occasione di condividere alcuni allenamenti "de visu", venendo anche a conoscere bene le varie opzioni, come percorsi, che i luoghi intorno ad Addis Abeba presentavano. Ad inizio del 2016, dissi a Gemedu: "Il mio supporto tecnico non ti serve più, ormai sei un tecnico di assoluto valore, ed otterrai risultati di vertice grazie solo alle tue capacità". Gemedu è l'unico allenatore, non solo africano, di totale professionalità, che io abbia conosciuto. Nel seguire gli atleti è quasi maniacale: non sono mai soli,

I 42 km di Assefa

Distanza	Tempo	Split per km	Proiezione	
1 km	3:12	3:12	2:15:10	
2 km	6:23	3:11	2:14:42	
3 km	9:37	3:14	2:15:10	
4 km	12:47	3:10	2:14:50	
5 km	15:59	3:12	2:14:50	15:59
6 km	19:09	3:10	2:14:40	
7 km	22:20	3:11	2:14:35	
8 km	25:27:00	3:07	2:14:16	
9 km	28:38:00	3:11	2:14:15	
10 km	31:45:00	3:07	2:13:59	15:46
11 km	34:53:00	3:08	2:13:49	
12 km	38:01:00	3:08	2:13:40	
13 km	41:11:00	3:10	2:13:39	
14 km	44:20:00	3:09	2:13:37	
15 km	47:27:00	3:07	2:13:27	15:42
16 km	50:26:00	2:59	2:13:00	
17 km	53:30:00	3:04	2:12:47	
18 km	56:36:00	3:06	2:12:40	
19 km	59:42:00	3:07	2:12:36	
20 km	1:02:53	3:10	2:12:39	15:26
21 km	1:06:00	3:07	2:12:38	
Mezza	1:06:20	2:12:40	66:20:00	
22 km	1:09:08	3:08	2:12:36	
23 km	1:12:22	3:14	2:12:45	
24 km	1:15:30	3:08	2:12:44	
25 km	1:18:40	3:10	2:12:47	15:47
26 km	1:21:46	3:06	2:12:43	
27 km	1:24:55	3:09	2:12:43	
28 km	1:28:04	3:09	2:12:43	
29 km	1:31:07	3:03	2:12:34	
30 km	1:34:12	3:05	2:12:30	15:32
31 km	1:37:18	3:06	2:12:27	
32 km	1:40:23	3:05	2:12:22	
33 km	1:43:28	3:05	2:12:17	
34 km	1:46:35	3:07	2:12:16	
35 km	1:49:42	3:07	2:12:15	15:30
36 km	1:52:49	3:07	2:12:13	
37 km	1:55:57	3:08	2:12:14	
38 km	1:58:59	3:02	2:12:07	
39 km	2:02:07	3:08	2:12:07	
40 km	2:05:14	3:07	2:12:06	15:32
41 km	2:08:16	3:02	2:12:01	
42 km	2:11:18	3:02	2:11:55	65:33:
Fine	2:11:53	0:35	2:11:53 WR	



Gianni Demadonna con Assefa Tgst a Berlino, dopo il record.

neppure quando corrono a velocità di rigenerazione. Esige una grande disciplina, ma è in grado di parlare con ogni atleta anche di situazioni personali, per cui costituisce un punto di riferimento essenziale. Ha sempre lo stimolo di apprendere e studiare. Infatti, si è iscritto alla Facoltà di Scienza dello Sport nella Università di Addis Abeba e durante il periodo del Covid ha superato la tesi finale con il massimo dei voti. Gemedu ha inoltre avuto il grande merito di collaborare alla “emancipazione etiope” di Gianni, reinvestendo ogni volta parte dei guadagni degli atleti in situazioni strutturali (il training camp, un pullmino per il trasporto di 30 atleti, il continuo miglioramento della fisioterapia, la creazione di un piccolo gruppo di scouting per ricercare continuamente nuovi talenti), e Gianni ha avuto il grande merito di crederci e di accettare tutte le richieste che Gemedu gli presentava. Un altro grande merito di Gemedu è quello di aver gradatamente portato i suoi atleti a capire che per ottenere grandi risultati dovevano gareggiare con parsimonia, cosa che dieci anni fa non accadeva, in quanto gli Etiopi volevano gareggiare con continuità, e gli infortuni erano all’ordine del giorno. Ad esempio, Berlino è stata per Tigst l’unica gara stagionale finora, mentre Amane Beriso Shankule ha corso solo due maratone (Boston ed i Mondiali) che le hanno consentito di essere selezionata per i Campionati Mondiali (Boston) e di conquistare il titolo iridato a Budapest.

IL RUOLO DELLE SUPER SCARPE DI ULTIMA GENERAZIONE

Una piccola parte del merito per questo fantastico record è sicuramente delle nuove super scarpe, in questo caso Adidas. Tuttavia, mi permetto di dissentire

nathan Maiyo, capaci di correre in 2:04:56 nel 2012 calzando scarpe Mizuno completamente piatte (stesso spessore in tutta la suola, alta solo 15 mm)

- La differenza tra record mondiale maschile e femminile, ora di 10’44”, era già stata raggiunta in precedenza nel 2003 (Khannouchi 2:05:38 e Radcliffe 2:15:25, per una differenza di 9’47”)
- La differenza, a livello di profondità di risultati, tra uomini e donne è ancora abissale nonostante i premi per posizione identici sia in campo maschile che femminile. Questo significa che atlete donne di talento medio-alto, ma con allenamento di alto livello, possono raggiungere risultati internazionali, mentre agli uomini ciò non è consentito se non si possiede anche un talento fuori norma. Nella tabellina seguente si possono osservare le differenze di prestazione, rispetto ai due primati mondiali, a parità di posizione nelle liste mondiali all-time. È quindi ovvio che le prestazioni femminili vanno valutate diversamente. Questo dovrebbe spingere la maggior parte delle atlete a lavorare per innalzare i propri limiti, anche se non dotate di grande talento. I vantaggi sono tutti del mondo femminile, se si sa interpretare la situazione secondo parametri reali, e non fittizi, quali quelli di definire di valore consimile atlete ed atleti in funzione della loro posizione nelle graduatorie e nelle varie manifestazioni.

WR-U (2:01:09)	Numero atleti	WR-D (2:11:53)	Numero atlete
2:03:09 (+ 2’)	10	2:13:53 (+ 2’)	1
2:05:09 (+ 4’)	105	2:15:53 (+ 4’)	5
2:07:09 (+ 6’)	384	2:17:53 (+ 6’)	17
2:09:09 (+ 8’)	993	2:19:53 (+ 8’)	69
2:11:09 (+ 10’)	1960	2:21:53 (+ 10’)	148

da coloro che accreditano le nuove calzature come fonte di enormi progressi, al punto che i record del mondo non appartengono più agli atleti che li hanno conquistati, ma alle scarpe o, nel caso della pista, alla tecnologia luminosa ed ai nuovi materiali delle piste.

A tal proposito, ricordo sempre alcuni punti a mio avviso illuminanti:

- La seconda classificata a Berlino, atleta di assoluto valore mondiale, è giunta ben 6 minuti dopo Tigst
- Personalmente ho avuto atleti, sicuramente di buon livello ma non campioni, come Jo-

Liste All-Time di maratona

Mondo

1	2:11:53	Tigst Assefa	Eth	1	Berlino	24 Sep 2023
2	2:14:04	Brigid Kosgei	Ken	1	Chicago	13 Oct 2019
3	2:14:18	Ruth Chepngetich	Ken	1	Chicago	09 Oct 2022
4	2:14:58	Amane Shankule	Eth	1	Valencia	04 Dec 2022
5	2:15:25	Paula Radcliffe	Gbr	1	Londra	13 Apr 2003
6	2:16:28	Rosemary Wanjiru	Ken	1	Tokyo	05 Mar 2023
7	2:16:49	Letesenbet Gidey	Eth	2	Valencia	04 Dec 2022
8	2:16:56	Tsehay Gemechu	Eth	2	Tokyo	05 Mar 2023
9	2:17:01	Jepkosgei Keitany	Ken	1	Londra	23 Apr 2017
10	2:17:16	Peres Jepchirchir	Ken	1	Valencia	06 Dec 2020
11	2:17:20	Almaz Ayana	Eth	1	Amsterdam	16 Oct 2022
12	2:17:23	Yalemzerf Yehualaw	Eth	1	Amburgo	24 Apr 2022
13	2:17:29	Sheila Chepkirui	Ken	3	Valencia	04 Dec 2022
14	2:17:36	Tadu Teshome	Eth	4	Valencia	04 Dec 2022
15	2:17:41	Worknesh Degefa	Eth	2	Dubai	25 Jan 2019



Tigst Assefa.
(Foto Berlin Marathon).

Europa

1	2:15:25	Paula Radcliffe	Gbr	1	Londra	13 Apr 2003
2	2:17:45	Lonah C. Salpeter	Isr	1	Tokyo	01 Mar 2020
3	2:18:04	Joan Chelimo Melly	Rou	1	Seoul	17 Apr 2022
4	2:18:33	Sifan Hassan	Ned	1	Londra	23 Apr 2023
5	2:19:19	Irina Mikitenko	Ger	1	Berlino	28 Sep 2008
6	2:20:47	Galina Bogomolova	Rus	2	Chicago	22 Oct 2006
7	2:20:49	Delvine R. Meringor	Rou	3	Barcellona	19 Mar 2023
8	2:21:06	Ingrid Kristiansen	Nor	1	Londra	21 Apr 1985
9	2:21:29	Lyudmila Petrova	Rus	2	Londra	23 Apr 2006
10	2:21:30	C. Dita-Tomescu	Rou	2	Chicago	09 Oct 2005
11	2:21:31	Svetlana Zakharova	Rus	4	Chicago	13 Oct 2002
12	2:22:17	Charlotte Purdue	Gbr	9	Berlino	24 Sep 2023
13	2:22:23	Catherina Mckiernan	Irl	1	Amsterdam	01 Nov 1998
14	2:22:27	Jess Piasecki	Gbr	5	Siviglia	20 Feb 2022
15	2:22:51	Nienke Brinkman	Ned	2	Rotterdam	10 Apr 2022



Paula Radcliffe.

Italia

1	2:23:44	Valeria Straneo		2	Rotterdam	15 Apr 2012
2	2:23:46	Giovanna Epis		6	Amburgo	23 Apr 2023
3	2:23:47	Maura Viceconte		1	Vienna	21 May 2000
4	2:24:00	Sara Dossena		7	Nagoya	10 Mar 2019
5	2:24:02	Sofiia Yaremchuk		9	Londra	23 Apr 2023
6	2:25:32	Anna Incerti		6	Berlino	25 Sep 2011
7	2:25:35	Bruna Genovese		3	Tokyo	18 Nov 2001
8	2:25:57	Maria Guida		1	Carpi	10 Oct 1999
9	2:26:10	Rosaria Console		7	Berlino	25 Sep 2011
10	2:26:15	Nadia Ejjaferi		6	Francoforte	30 Oct 2011
11	2:26:42	Franca Fiacconi		2	Berlino	10 Sep 2000
12	2:27:49	Laura Fogli		6	Seoul	23 Sep 1988
12	2:27:49	Ornella Ferrara		1	Roma	28 Mar 2004
14	2:27:54	Tiziana Alagia		1	Torino	01 Apr 2001
15	2:28:15	Emma Quaglia		5	Torino	18 Nov 2012



Valeria Straneo
Foto Fidal/Colombo

Aggiornate al 29 settembre 2023. – Fonte World Athletics.

Sogno di mezza estate per Dudu



Ludovica Cavalli Foto Fidal/Colombo

Il desiderio di Ludovica Cavalli, giovane speranza del mezzofondo azzurro, si è realizzato: andrà ai Giochi di Parigi '24. Ecco uno spaccato della sua ancor breve ma intensa carriera.

Danilo Mazzone

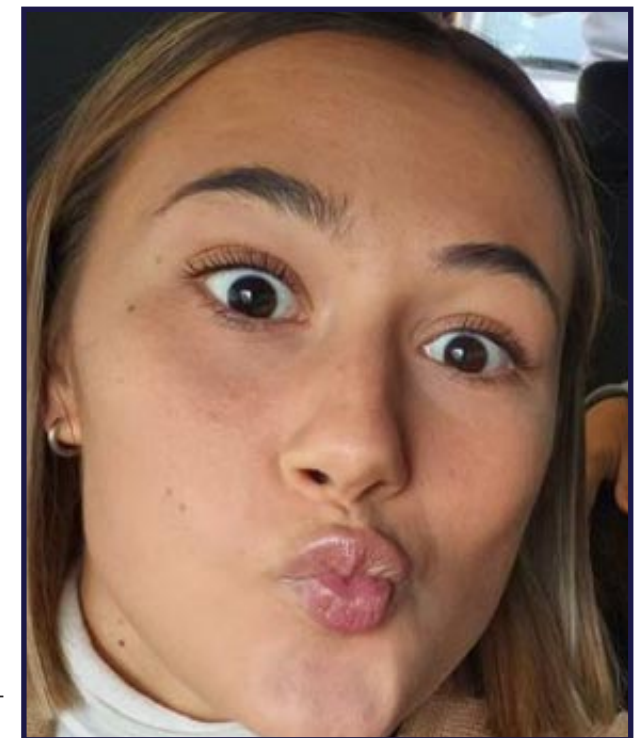
di fama, alle interviste in Tv, al minimo realizzato per l'Olimpiade. Un sogno di mezza Estate. Gli inizi sono quelli di un'ala veloce sui campi in erba e sintetici: football, del resto Genova vide, nel 1893, la nascita del Genoa cricket and foot-

ball club, fondato da mister Garbutt, inglese giramondo. «Il calcio mi piace, ma poi è subentrata la passione per la corsa», dice «Ludo», come la chiamano amichevolmente. Quindi «Dudu» (altro vezzeggiativo) si rivolge al gruppo Città di Genova, dove incontra Sergio Lo Presti, figura di riferimento del mezzofondo

ligure, tecnico, fra gli altri, di Emma Quaglia e Giorgia Robaudo, tanto per citare i talenti degli ultimi anni. Sergio intravede le potenzialità, e arrivano i primi risultati: la ragazzina stupisce aggiudicandosi il primo posto agli studenteschi nazionali di cross a Cesenatico. Passa alla Trionfo Ligure, seguita sempre da Lo Presti, ed ecco arrivare record liguri allievi su varie distanze. I tremila siepi sembrano la sua gara, tanto che viene convocata per gli Europei juniores di Tampere. A 20 anni la decisione di trasferirsi a Modena, per motivi universitari. Anno nuovo, vita nuova, non senza qualche piccolo disagio e mal di pancia. Sotto la guida di Liberato Pellecchia la ragazza, passata alla milanese Bracco Atletica, si migliora fino a vincere titoli italiani su 1.500 e 3.000. La svolta nel 2022: è Stefano Baldini a prendersi cura di lei, a tenderle la mano in un momento difficile. Sotto la guida dell'olimpionico ecco concretizzarsi il primo grande risultato. I primi sogni si realizzano attorno alle 17.40, ora locale di Metz, città del Dipartimento della Mosa (Francia), sabato 11 febbraio. In molti si domandano se «Ludo» riuscirà a scendere sotto i nove minuti sui 3.000 al coperto. E la gara non parte proprio benissimo, con Nadia Battocletti che inciampa, cade e rischia di buttarla a

terra. Ma è solo un attimo. La lepre e il trio delle keniane subito a dettare il ritmo: «In realtà la gara è stata regolare, con 2'54" ogni mille. Mi sono detta che valeva la pena rischiare, e ho rischiato». Alla fine ne è sprito quell'8'44"40, seconda prestazione all time in Italia, quarta dell'anno in Europa. A circa un secondo dal record nazionale di Nadia. Ecco il commento a caldo: «E dire che, sotto la guida di Stefano, sinora non abbiamo fatto allenamenti troppo specifici. Palestra sì, corse lunghe. Soprattutto abbiamo iniziato a interpretare le gare come mezzi di allenamento». E in effetti Ludovica, che studia Chimica a Modena, inizia a gareggiare molto: «Anche per reggere i turni di gara in occasioni importanti». Ludovica non è sola, da qualche mese ha come fidanzato Pietro Arese, mezzofondista in fortissima ascesa. La ragazza è sempre più sicura di sé, a Vienna corre i 5.000 in 15'08", altro miglioramento impressionante: «Ancora non me ne rendo conto, sembra un sogno». Altro miglioramento sui 1.500 al Golden Gala di Firenze, quando è sulla scia

della fenomenale keniana Faith Kipyegon, che sposta l'asticella a un 3'49"11 stordente. Personalità, capacità di leggere la gara nei momenti decisivi: «Dudu» sembra un'altra. Vola ai Mondiali di Budapest. Cavalli supera la batteria dei 1.500 e la semifinale. In finale con la crema della crema: «Se solo, qualche anno fa, mi avessero parlato della possibilità, mi sarei messa a ridere». La finale è veramente un'altra cosa rispetto a batterie e semifinali, ma Ludo realizza il personale con 4'01"84, minimo di ammissione per l'Olimpiade, quarta prestazione italiana all time. «Per me questi sono stati i più bei Campionati ai quali abbia partecipato. Dedico le gare a Pietro Arese, alla mia famiglia, venuta fin qui a sostenermi, ai compagni di allenamenti». C'è anche la partecipazione ai 5000 del giorno dopo: «Avevo le gambe stanche. Ma volevo esserci. Non potevo ritirarmi perché ci tengo molto alla maglia azzurra».



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



Dal Mar Ligure alla puszta magiara, dal pesto al gulasch, dai campi a undici alle piste di atletica più famose al mondo. Qualcuno potrà dire che ce la caviamo con poco, ma è il percorso della millennial Ludovica Cavalli, nativa del capoluogo ligure, quartiere di Albaro, dal 2000 (anno di nascita). fino ai giorni

I 90 anni di Pamich, il fiumano

Giorgio Cimbrico



Abdon Pamich arriva a 90 anni, il campione olimpico più vecchio. Nato il 3 ottobre del '33: otto mesi prima, Adolf Hitler era diventato cancelliere del Reich, l'origine dell'effetto domino che ha sconvolto la sua vita. Da lunghi anni Pamich, laureato in psicologia e sociologia, parla, raccoglie, scrive di una perduta società multietnica e multiculturale: italiani, slavi, austriaci, ebrei, ungheresi. "Per gli ungheresi Fiume è rimasta Fiume, non è Rijeka. Perché se Trieste era lo sbocco al mare di Vienna, Fiume e Pola erano i porti di Budapest". E la nostalgia finisce per comprendere il "compaesano" Ezio Loik, spazzato nella tragedia del Grande Torino, e tutti gli altri: i triestini, gli istriani, i dalmati, gli zaratini: Giorgio Oberweger, Nereo

Rocco, Nino Benvenuti, Agostino Straulino, Gabre Gabric, Ottavio Missoni, persino due alpinisti sepolti da qualche parte, sul Monte Bianco. "De Gasperi scelse l'Alto Adige dove sono tedeschi, non l'Istria italiana" Pamich, il fiumano che diventò genovese, che finì nel mirino dell'occhio acuto di Giuseppe Malaspina, che vestì la maglia amaranto dell'Amatori per inventarne una bianca tutta sua: Esso Club Genova. Da San Martino a via Assarotti, negli uffici dell'azienda petrolifera: era un primo scaldarsi prima dell'allenamento serale. Per molti Abdon tende a ridursi a quella gara di quasi sessant'anni fa – era il 18 ottobre 1964 -, a quei 50 km di marcia che assegnavano la medaglia d'ora olimpica su strade

lucide di pioggia, a quel procedere in un canyon di palazzi lividi, al suo duello con il ferroviere britannico Paul Nihill, alla sua "fermata" per liberare gli intestini mentre intorno a lui poliziotti giapponesi in guanti bianchi facevano quadrato come i granatieri schermavano l'Imperatore che andava di corpo, al suo gesto sul filo di lana (c'era ancora...) che in un attimo lo fece transitare dalla rabbia alla trasfigurazione. Aveva atteso e il suo giorno era arrivato.

"Sono in tanti a riassumermi in quel giorno, in quei gesti, nelle vicende di quella gara che prevedeva due segmenti di 25 chilometri in piena città. Non è stato quello il momento della gioia perfetta. Va cercato più indietro, al '56, quando andai alla Praga-Podebrady che allora era una classica, un campionato del mondo della 50 km. Quando arrivai, diedi un'occhiata alla lista dei partenti e mi dissi: se trovi un posto tra i primi quindici, puoi esser soddisfatto. Vinsi". Quella di Abdon, di Pino Dordoni, dei loro avversari e amici, era l'espressione del "passo sportivo", un compasso ampio: ora si va velocissimi, a passetti febbrili, e certe donne viaggiano più rapide di chi per Abdon è termine di paragone eterno, di stima: il tedesco est Peter Frenkel, il britannico Ken-

neth Thompson, il sovietico d'Ucraina Vladimir Golubnichy. Dopo quel successo boemo che, 23enne, lo spedì sul palcoscenico, qualche mese dopo Pamich finì quarto all'Olimpiade di Melbourne, raggiunta dopo viaggio interminabile, nel giorno di gloria di Norman Read, neozelandese, e in un torrido pomeriggio di Roma '60 strappò la medaglia di bronzo dietro a Thompson e al veterano svedese John Ljunggren, un altro campione dotato di pazienza, oro nel '48 a Londra. Era qualcosa, non era quello

che voleva. E così aspettò ancora e il giorno venne a Tokyo come se la costanza, secondo vuoti adagi, dovesse essere premiata. In realtà, contarono la volontà, la capacità di reagire agli strali della sorte: nel suo caso, quei dolori al basso ventre. Marciava da dieci anni, avrebbe aggiunto un secondo titolo europeo a quello del '62, avrebbe continuato per altre dieci stagioni, avrebbe preso parte, senza fortuna, ad altre due Olimpiadi. Quanti chilometri? "Mai contati. Tanti".

Ultima ora!

Tempo di divisioni. Di cambi di tecnico. Insomma, il mondo atletico si muove. Allora da qualche giorno anche noi abbiamo preso una decisione drastica: ci lasciamo da buoni amici. Basta così, ognuno vedrà le gare per conto suo. Lui non ama la corsa su strada, la maratona, è un "purista" dell'atletica. Io, invece, vengo orgogliosamente da quel mondo. Allora io scriverò Trekkenfild on the road, lui Trekkenfild "Piste & Campi. Due edizioni ben distinte. Io non farò pagare nulla ai miei lettori e così anche Daniele. Continuate però a leggerci!, Avviseremo la Fidal con un comunicato lunghissimo, esaustivo e preciso dove indicheremo tutte le nostre attività passate, presenti e future!

(w. b.)

Attacco ai record

Un suggerimento o, come avrebbe detto quel genio di Jonathan Swift, una modesta proposta, ceduta gratis agli organizzatori di meeting nostrani, di antica e di più fresca milizia. Invece di mettere assieme un lungo e a volte stucchevole cartellone con molte (troppe) gare e spesso con stranieri di seconda e terza schiera (che, comunque, costano dei quattrini), invece di farsi turlupinare da una certa lunatica velocista texana che all'ultimo momento l'ha data buca (è stata pagata? Affari loro...), perché non pensare a una caccia ai record italiani delle due distanze più nobili del mezzofondo? I quattro primati sono così vecchi da esser transitati dalla storia alla leggenda, a cominciare dall'1:43.7 di

Marcello Fiasconaro (per tre anni record mondiale) che a fine giugno ha tagliato il traguardo del mezzo secolo. Attestati tra i 43 (1:57.66) e i 41 anni (3:58.65) sono quelli di Gabriella Dorio, la nostra Riccioli d'Oro come la chiamava quel buonanima di Paolo Rosi. Il più fresco, appena 33 anni è il 3:32.78 reatino di Genny Di Napoli. Necessaria una scossa, pardon un poker di scosse. Possibili, reali. Le finali di Molfetta docet. Le premesse sono allettanti, hanno nome e cognome: Simone Barontini, Catalin Tecuceanu, Francesco Pernici, Pietro Arese, Mohad Abdikader, Ossama Meslek, Elena Bellò, Eloisa Coiro, Gaia Sabbatini, Sinta Vissa, Ludovica Cavalli. L'ordine dei nomi è quello dettato dalle graduatorie mondiali stagionali che offrono questi tempi e questi

piazze: Barontini 21° con 1:44.34, Tecuceanu 38° con 1:44.79 (da quelle parti c'è molto affollamento...), Pernici 55° con 1:45.23, Arese 35° con 3:33.11 (quest'anno sul miglio metrico un boom: undici sotto i 3:30, ventisei sotto i 3:32), Abdikader 40° con 3:33.79, Meslek 45° con 3:33.92. Passiamo alle ragazze: Bellò 31ª con 1:59.15, Coiro 40ª con 1:59.61, Sabbatini 32ª con 4:01.24, Vissa 35ª con 4:01.66, Cavalli 38ª con 4:01.84. A questo punto mancano tre elementi: l'organizzazione, i premi (cioè i soldi) e le lepri. Partiamo dalle lepri: per gli 800 suggerirei Davide Re – intelligente, generoso, in grado di tirare il primo giro veloce ma senza tirare il collo; in alternativa Amel Tuka – e una delle ragazze della 4x400, a occhio direi Anna Polinari, che ha passo regolare. Per i 1500 di scanditori e scanditrici di ritmo meglio prevederne due e qui lascio la parola agli esperti.

Il massimo sarebbe metter su lo spettacolo per intero: quattro gare, quattro assalti. Showdown, usa dire adesso. In alternativa. correndo sotto le stelle. Ma è possibile anche dividere, parcellizzare e assegnare un tentativo a ogni appuntamento in calendario. Con una serie di scopi: abbassare quei vecchi e gloriosi record (cancellare no, i record si migliorano, non si cancellano), mettere a disposizione un dignitoso montepremi, evitare che i migliori azzurri si disperdano in meeting più o meno importanti quando possono avere chance elettrizzante vicino a casa. Ho idea che tutto questo formi una visione romantica e antica e che così non se ne farà nulla, ma quando al mattino ti alzi con quella che ritieni un'intuizione non basta parlarne con un paio di amici, anche loro vecchioti e romantici, e così scrivi. L'ennesimo mes-saggio nella bottiglia.

G. Cim.



Eliud Kipchoge, ancora primo (2h02'42") alla maratona di Berlino 2023. Foto organizzazione