

**Atletica** La società Runners-Bergamo organizza una due-giorni di lusso, in palio i titoli italiani di gran fondo, maschile e femminile

# Sanna mette le ali per il record della «sei ore»

A Ciserano nella «24 ore del Delfino» la bergamasca si lancia all'attacco del primato mondiale della specialità più breve

## A BRUSAPORTO

**DOMANI I PROVINCIALI DI STAFFETTA** - Domani mattina (ore 9,30) a Brusaporto verranno messi in palio i titoli provinciali di staffetta di tutte le categorie, dai ragazzi agli assoluti, con il corollario di una 4x50 aperta agli esordienti. Una passerella quindi dei nostri velocisti e mezzofondisti piuttosto interessante soprattutto in proiezione, perché domenica prossima a Nembro in palio ci saranno i titoli regionali. Le gare di domani saranno l'occasione migliore per inaugurare il nuovo centro atletico di Brusaporto. È stata rifatta la pista in sportflex, che vedrà appunto per la prima volta una gara ufficiale, idem per le pedane dei salti.

**UN NUOVO CENTRO PER I LANCI** - Ma la novità più importante è data da un nuovo e vero centro per i lanci, alle spalle della tribuna, il che permette di poter gareggiare, ed in settimana allenarsi, ai lanciatori di disco, giavellotto, peso e martello senza l'incubo delle buche sul terreno del campo di calcio. Inoltre è stata posta anche la gabbia che rende i lanci di disco e martello per nulla pericolosi. In più gli atleti potranno usufruire di spogliatoi propri, con magazzino per gli attrezzi. In altre parole l'amministrazione comunale di Grassano ha costruito un complesso per l'atletica moderna, ben articolato, completo, certamente uno dei migliori in Lombardia dove potranno crescere in modo ottimale i 130 ragazzi dell'Atletica Brusaporto che da 4 anni stanno ottenendo risultati di spessore. Un premio anche per la presidente, prof. Maria Grazia Speranza, ex altista di buon livello, che con coraggio iniziò quattro anni fa l'attività dal nulla e con intelligenza e professionalità ha proseguito non solo con risultati eccellenti, ma soprattutto strappando dai pericoli del mondo odierno decine e decine di giovanissimi. Dunque domani sarà festa grande a Brusaporto.

G. C. G.

La società Runners-Bergamo organizza oggi una due-giorni a Ciserano di gran lusso: verranno assegnati i titoli italiani di gran fondo (maschile e femminile) nella ormai classica «24 ore del Delfino» e verrà inserita nella manifestazione la gara delle «sei ore», in cui l'azzurra Paola Sanna cercherà di battere il record mondiale della specialità; un programma di tutto rispetto con i migliori specialisti nazionali ed alcuni stranieri di spessore internazionale ai nastri di partenza. Il tutto si svolgerà su di un circuito ricavato nel centro di Ciserano, super collaudato nelle stagioni passate.

Siamo di fronte ad uno dei più importanti avvenimenti del 2008 atletico e come sempre gli organizzatori lo hanno portato a termine in modo brillante e da stamani gli appassionati di questa specialità potranno assistere ad uno spettacolo ad alto livello. Con inizio alle ore 10 prenderà il via la «24 ore del Delfino» con quasi tutti i migliori atleti provenienti da ogni parte d'Italia proiettati verso la maglia tricolore.

*Pirotta difenderà invece il titolo italiano conquistato per due anni consecutivi. Da seguire anche Signorelli, Sala e Borella*

Il nostro Mario Pirotta è in prima linea, in quanto difenderà il titolo italiano conquistato proprio a Ciserano negli ultimi due anni, anche se questa volta dovrà fare i conti con un problema ad un piede che non gli consente di allenarsi

si come vorrebbe. Difficile di conseguenza possa arrivare al tris, il che scatenerebbe tutti gli altri che per due edizioni hanno dovuto subire la sua superiorità. Su tutti Gastone Barichello, ma attenzione agli altri bergamaschi pilotati soprattutto da Stefano Signorelli e Luca Sala ultimamente apparsi in grande forma, Santo Borella ed il numeroso gruppo dei portacolori del team organizzatore.

Ma il favorito per il successo è il fuoriclasse Yiannis Kourous, greco di origine ma australiano d'adozione, recordman alla 24 ore. Ecco a voi il Maradona delle ultramaratone

Giancarlo Gnechci



SANNA Infermiera di professione

**l'intervista** → Paola Sanna

## Non dovrò partire troppo forte per riuscire ad arrivare più lontano

**Paoletta, quali sono le sensazioni della vigilia?**

«Ottimo, in quanto mi sono allenata a puntino, le gambe girano a meraviglia e la testa è pronta a sopportare l'immane fatica che comporta una distanza così lunga». **A proposito, decisa a superare la barriera degli 80 km. in 6 ore?**

«Più che mai, in quanto per 4 anni l'ho sfiorata facendo mia la miglior prestazione stagionale mondiale. Credo proprio che questa volta ci riuscirò, anche perché le premesse ci sono tutte».

**Si dice pure che le condizioni meteorologiche dovrebbero essere ottimali.**

«L'ideale allora per andare oltre...»

**Sarebbe?**

«Ho nel mirino infatti anche il primato mondiale assoluto, in seconda ipotesi l'europeo e se proprio mi va male quello italiano».

**Mica male come progetto, no?**

«Sono però cosciente che puntando così in alto non sarà facile, anzi difficilissimo, ma occorre ormai tentare di raggiungere il massimo».

**Che tattica metterà in opera?**

«All'inizio dovrò cercare con tutta la mia volontà di non partire a razzo. Un errore che ho già compiuto negli anni passati che poi ho pagato a caro prezzo nel finale. Dovrò controllarmi con intelligenza, giocarmi al

meglio l'esperienza accumulata in passato».

**Al via troverà Monica Carlin, un osso duro.**

«Per la prima volta scende in lizza su questa distanza, in teoria dovrebbe pagare un poco l'inesperienza. E' avversaria tosta, ma un conto è correre la 100, un altro la 6 ore».

**Se fosse lei a partire a razzo cosa farà?**

«La lascerò andar via in quanto io cercherò di tenere il ritmo giusto dall'inizio alla fine. Come dicevo le partenze veloci poi nel finale si pagano ed io voglio arrivare all'ultima ora non solo in spinta, ma pronta ad accelerare».

**Ecco, se agli 80 km. dovete essere insieme cosa potrebbe accadere nel rush finale?**

«Uno spettacolo per chi osserverà, una battaglia all'ultimo respiro per noi due. Lei fino ai km.42,195 della classica maratona è più veloce di me, ma al raddoppio dei chilometri credo di essere migliore. Qui però credo che la differenza la farà quel pizzico di fortuna che sta sempre alla base delle grandi impre-

se».

**Concludendo?**

«Ringrazio i miei sponsor, la Volvo di Bergamo, la Saucy ed il Libraccio: senza di loro oggi non sarei qui a parlare di primato mondiale».

G. G.

**Il personaggio** Yiannis Kourous, greco di origine ma australiano d'adozione, recordman alla 24 ore

## Ecco a voi il Maradona delle ultramaratone

### PROGRAMMA

Sarà lo stadio di Ciserano il quartier generale della 24 ore del Delfino.

**24 ORE** Alle 10 di oggi la partenza, alle 10 di domani la conclusione della gara. Alle 12 di domani le premiazioni.

**6 ORE** Alle 14 di oggi partirà la 6 ore che si concluderà alle 20 di oggi. Alle 21 le premiazioni.

**12 ORE** La 12 ore partirà questa sera alle 20, alle 10 di domani conclusione della gara. Alle 12 premiazioni.



Yiannis Kourous, grande protagonista oggi a Ciserano

Se intendete correre una maratona, un salto a Ciserano oggi dovrete farlo. Perché se la distanza olimpica vi spaventa e il timore di affrontare 42 chilometri e 195 metri vi ha sempre dissuaso dal cimentarvi in una prova simile, allora assistere alla gara di Yiannis Kourous, greco di origine ma australiano d'adozione impegnato nella 24 ore del Delfino organizzata dai Runners Bergamo, può essere d'aiuto. Lui di maratone in un giorno è capace di correre anche sette abbondanti e se tra oggi e domani non andrà come quella volta, nel '97 - quando al campionato australiano della disciplina l'inoscidabile atleta si fermò solo dopo aver percorso 303 chilometri e 506 metri - in pochi, per non dire nessuno, saranno in grado di avvicinarsi ai suoi standard. In fondo per uno come Kourous la 24 è una specie di sgambata.

Nel suo palmares figurano infatti gare di ogni genere (e lunghezza), con relativi record: 350 chilometri in 34 ore (all'Olimpia Athens peace run del 1989), 473 chilometri e 797 metri nella 48 ore (in Francia nel 1996), 1.038 chilometri e 850 metri per la sei giorni (in Australia nel 2005) e mille miglia (circa 1.608 chilometri) in 10 giorni, 10 ore, 30 minuti e 35 secondi nel campionato del mondo sulla stessa distanza, con relativo grappolo di guinness agli intermedi, a New York nel 1988. In altre parole: il Maradona delle maratone, anzi delle ultramaratone, gare durante le quali è riuscito a stabilire oltre 100 primati mondiali.

Allenato? Per forza - e lo intuisce già dalla stretta di mano, che dopo un giorno di viaggio, è ancora una morsa d'acciaio - ma non solo fisicamente. Il segreto di Yiannis sta soprattutto nella mente; in quella capacità di mantenere in costante equilibrio quelle che lui stesso definisce le componenti «dionisiaca e apollinea», intese come due universi contrapposti - quello materiale e quello spirituale - che proprio nella corsa trovano il loro equilibrio. O quantomeno ci provano. E allora bando alle tabelle di allenamento, alla preparazione messa a punto a tavolino, col bilancino; largo piuttosto alla pittura, alla musica e alla letteratura, a quei poeti che sono uno dei vanti della sua terra d'origine e che lo hanno appassio-

nato al punto da indurlo a laurearsi a Melbourne con una specializzazione umanistica.

«L'obiettivo - spiega l'atleta ellenico - è cercare un equilibrio tra i diversi ambiti fisico, intellettuale e spirituale: da questo approccio alla vita nasce la profonda forza interiore che ti sostiene durante le gare, quando sei ormai esausto e ad accompagnarti non può essere che la mente. Dopo aver percorso un paio di maratone fisicamente sei esaurito e allora non resta che andare avanti con la testa, affrontando ogni difficoltà, momento per momento, in un ondeggiare di alti e bassi che possono essere superati proprio con le tue risorse più intime».

Capita così che Yiannis Kourous - sposato, due figlie - possa trascorrere anche tre o quattro mesi senza correre, dedicandosi alle altre grandi

passioni che lo sostengono (oltre a comporre musica, ha pubblicato diverse raccolte di poesie e volumi sulla sua attività) e poi decidere di andare a correre una sei giorni con un paio di settimane di allenamento o poco più nelle gambe. Risultato: record del mondo. Certo la determinazione non gli manca ed è proprio questa caratteristica, oltre a una genetica ovviamente felice, a guidarlo di obiettivo in obiettivo: «Il mio - aggiunge - è un approccio molto diverso da quello che ormai si respira un po' ovunque. Non mi interessa ottenere tutto subito. So perfettamente che per raggiungere un risultato bisogna saper aspettare. E crescere non solo athleticamente, ma soprattutto intellettualmente e spiritualmente».

Cosa c'è dunque all'orizzonte? Oggi la gara di Ciserano - che il campione ha deciso di affrontare «perché offre condizioni ideali sia dal punto di vista climatico che del circuito su asfalto» -, ma nei prossimi anni Yiannis Kourous vorrebbe levarsi dalle scarpette ancora un sassolino: «Riuscire a correre le mille miglia del campionato mondiale in nove giorni anziché dieci», conclude il campione con un sorriso che la dice lunga sulle possibilità di riuscita. Non sarà una formalità, ma la testa del campione sembra già proiettata verso l'ennesimo traguardo. A 52 anni suonati davvero non male.

Emanuele Falchetti

**Porte Aperte Domenica 20 Aprile**

**IL VERDE È TORNATO DI MODA.**

CON NUOVA LANCIA EPSILON L'ECOLOGIA DIVENTA CHIC. HA NUOVE MOTORIZZAZIONI, NUOVI COLORI E NUOVI ALLESTIMENTI. E DA OGGI ANCHE IL FILTRO ANTIPARTICOLATO DI SERIE. COSÌ RIDUCI AL MINIMO LE EMISSIONI INQUINANTI, APPROPFITTI DEGLI ECO-CONTRIBUTI E CIRCOLI IN CENTRO CITTÀ ANCHE CON LE LIMITAZIONI DEL TRAFFICO.

NEW EPSILON FOR VERY EPSILON PEOPLE.

**FINO AL 30 APRILE TUA DA 9.700 EURO**

3 ANNI DI FINANZIAMENTO A TASSO ZERO  
3 ANNI DI FURTO INCENDIO E KASKO INCLUSI NEL PIANO  
3 ANNI DI TAGLIANDI GRATUITI  
3 ANNI DI GARANZIA

**GRUPPO BRESCIANI AUTO**

**Presentandoti con questo spazio pubblicitario avrai un ulteriore sconto**

BERGAMO - Via Grumello, 43/A - tel. 035 455.55.21 - www.gruppobrescianiauto.it  
BERGAMO - Via Verne, 2 (angolo Borgo Palazzo - zona mercato ortofruttilicolo) tel. 035 42.36.274