

Martedì 11 marzo 2008 – pag. 34

LA KERMESSA DELLA CAPITALE

## Paola, la regina dei 100 km



*Tra i 15.000 al via anche un'infermiera specialista di ultramaratone*

di Franco Fava

Quando all'Olimpiadi di Amsterdam del 1928 alle donne fu consentito di correre per la prima volta gli 800 metri, il risultato non fu proprio edificante: stramazzerono tutte a terra subito dopo aver tagliato il filo di lana. I signori del Cio ne dedussero che due giri di pista di corsa rappresentavano uno sforzo stremante per le donne. Gli 800 femminili tornarono nel programma dei Giochi solo a Roma nel 1960. E nella maratona ancora fino al 1969 la ultracentenaria classica di Boston vietava la partecipazione all'altro sesso. Fu Katrine Swaitzer a sfidare i ferrei regolamenti travestendosi da uomo. Fu "smascherata" a 5 km dall'arrivo e buttata fuori dalla corsa. Da allora però il fenomeno della corsa e della maratona in particolare ha contagiato l'altra metà del mondo con un crescendo impressionante. Nel 1984 a Los Angeles si aprirono per la prima volta le porte di Olimpia. E, tanto per restare a noi, lo scorso anno

tra i 32.040 italiani che hanno portato a termine almeno una maratona, ben 3.664 erano donne. Oggi i 42 km e 195 non fanno paura più a nessuno. Sono migliaia e migliaia i podisti al mondo che sempre più spesso si cimentano su distanze superiori alla classica distanza di maratona. Tra questi anche tante, tantissime, donne.

**COMPLEANNO** - Paola Sanna, infermiera al reparto cardiologia degli Ospedali Riuniti di Bergamo, è una di loro. Da cinque anni è ormai al vertice dello speciale mondo delle ultramaratone. Trenta chilometri di allenamento al giorno, sette giorni su sette, per disputare ogni anno non più di quattro, cinque gare su distanze da 50 ai 100 km. Trentun'anni il 19 marzo, domenica Paola sarà al via della maratona di Roma per festeggiare in anticipo il compleanno. Ma soprattutto per preparare il tris alla Firenze-Faenza, la classica meglio nota come il "Passatore" del 31 maggio.

**LONDRA 2012** - Nell'anno di Pechino, Paola l'Olimpiade se la dovrà guardare dalla tv. Niente Giochi per gli ultramaratoneti. Non ancora almeno. Perché è probabile che questa distanza venga introdotta all'Olimpiade del 2012. « *Ci spero tanto* - confessa la maratoneta- infermiera - *sarebbe un giusto riconoscimento al nostro movimento sempre più in crescita. E' da qualche anno ormai*

*che la stessa IAAF ci ha dato la piena cittadinanza istituendo i campionati mondiali di 100 km. Non vedo perché non doremmo anche noi correre all'Olimpiade ».*

TARQUINIA IRIDATA - Anche senza Giochi, il 2008 è però un anno importante per Paola. L'8 novembre infatti si disputa sulle strade di Tarquinia il campionato iridato proprio sui 100 km. Un titolo che ancora manca alla bergamasca dopo il secondo posto individuale ottenuto nel 2003, il 6° l'anno seguente, il 4° nel 2006 quando fu anche oro a squadre.

L'obiettivo a Roma è quello di scendere sotto le 3 ore. Per una che in gara corre anche per più di 8 ore ad una velocità media di circa 13 km l'ora, non deve poi essere così facile chiudere la maratona sotto le tre ore. Un tempo che ancora per molte è un vero e proprio muro da abbattere.

FIGLIA D'ARTE - Paola è figlia di un ex maratoneta, ed è il papà che la segue tecnicamente negli allenamenti. Nel suo carnet spiccano due vittorie al Passatore nel 2005 e 2007, ma è stato ai Mondiali di Seul nel 2006 che con 7h41:45 ha ottenuto il personale sulla distanza. Nel 2004 invece riuscì nell'impresa di firmare il miglior crono mondiale sulle Sei Ore di corsa percorrendo la bellezza di 79 km e 345 metri. L'ultimo titolo lo ha conquistato il 10 novembre dell'anno passato vincendo il tricolore nella prima edizione della "100 km degli Etruschi" in 7h54:02. *« Certo, non fosse per la collaborazione dei miei colleghi, che mi danno una mano sul lavoro, non potrei continuare a coltivare la mia passione per la corsa. Non è facile correre per oltre 300 km a settimana, ma la soddisfazione che si prova sul traguardo di una 100 km è una cosa meravigliosa ».*

Ha vinto due volte il Passatore e vanta un record di 7h41:45 Ai Mondiali argento e oro a squadra «Mi alleno 30 km tutti i giorni, sogno di vincere quest'anno il titolo iridato e di correre a Londra 2012»