

atletica



AZZURRI CON LE ALI

Dalle volate vincenti di Battocletti e Dosso ai salti d'oro di Diaz, fino agli argenti di Furlani e Lapichino: l'Italia non scende più dal podio. Anche ai Mondiali indoor è record di titoli e medaglie



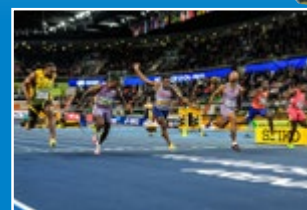
OLIMPIADI

Brignone regina col marchio atletica



MARATONA

Aouani-boom, primo italiano sotto 2h05'



A ROMA

Lyles, Nadia e gli altri Golden Gala stellare

no



EDITORIALE DEL PRESIDENTE

3 Una Torun mai vista
vetrina per Roma

EDITORIALE DEL DIRETTORE

5 La regola del 5
e delle due "T"

MONDIALI INDOOR

6 Battocletti & Dosso
abbracciate nell'oro
di Mario Nicolielo

10 "Una Zaynab così
può fare quel che vuole"
di Christian Marchetti

14 Diaz, tre balzi
nati dai diamanti
di Nicola Roggero

18 L'infinito Furlani
guarda... in alto
di Andrea Buongiovanni

22 Nuova Iapichino
un salto in più
di Andrea Schiavon

26 Sì, l'Italia
ha imparato a volare
di Fausto Narducci

IL PERSONAGGIO

30 Usain... Lyles
uno showman
al Golden Gala
di Giacomo Rossetti

L'IMPRESA

34 Lampo di Aouani
maratona da big
di Franco Fava

OLTRE MILANO-CORTINA

38 Federica e i suoi fratelli
Tutto parte dall'atletica
di Sergio Arcobelli

LA STORIA

42 Jacobs-Camossi
"Ricominciamo!"
di Andrea Buongiovanni

IL PERSONAGGIO

46 Stano:
"Parto dal chilometro zero
per conquistare l'Europa"
di Andrea Schiavon

I CAMPIONATI

50 Fra rinascite e record
è un tricolore Fortunato
di Cesare Rizzi

54 Seye e Pagliarini
trionfi di famiglia
di Diego Sampaolo

56 Generazione Succo
un'onda verso Rieti
di Christian Diociaiuti

60 Nella Festa dei
gemelli c'è sempre
la Battocletti
di Gabriele Gentili

MASTER

63 Mastrolorenzi,
l'onda più alta
Abbiati: "Mi manda Pamich"
di Luca Cassai

L'AGENDA D'INVERNO

64 Hoey, Hodgkinson,
"Mondo" sotto il tetto
piovono record
di Marco Buccellato

C'ERA UNA VOLTA

68 Dal Sud all'oro
il viaggio di Maria
di Valerio Vecchiarelli



atletica | Magazine della Federazione Italiana di Atletica Leggera

Anno XCII - Gennaio/Marzo 2026. Autorizzazione Tribunale di Roma n. 1818 del 27/10/1950. **Direttore Responsabile:** Fausto Narducci. **Vice direttore:** Marco Sicari. **In redazione:** Nazareno Orlandi. **Segreteria:** Marta Capitani. **Hanno collaborato:** Sergio Arcobelli, Marco Buccellato, Andrea Buongiovanni, Luca Cassai, Christian Diociaiuti, Franco Fava, Gabriele Gentili, Christian Marchetti, Mario Nicolielo, Cesare Rizzi, Nicola Roggero, Giacomo Rossetti, Diego Sampaolo, Andrea Schiavon e Valerio Vecchiarelli. **Redazione:** Via Flaminia Nuova 830, 00191 Roma; FIDAL, tel. (06) 33484713. **Impaginazione e stampa:** Romana Editrice - San Cesareo, Roma.

Poste Italiane SpA - Spedizione in abbonamento postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/04 n. 46) art. 1 comma 1 - Roma - n. 3/2011. Per abbonarsi è necessario effettuare un bonifico di 20 euro sul conto corrente ordinario BNL (IBAN IT29Z 01005 03309 00000010107) intestato a Federazione Italiana di Atletica Leggera, specificando nella causale "Abbonamento rivista Atletica".

www.fidal.it



CANOTTE HIGH-TECH E TESSUTI ULTRALEGGERI: DA QUEST'ANNO LA NAZIONALE VESTE ON

Il presidente Stefano Mei con il co-fondatore di On, Olivier Bernhard. (foto Grana:On)

Il marchio svizzero di abbigliamento sportivo On e la Fidal hanno presentato ufficialmente la nuova maglia della Nazionale italiana che ha vestito gli azzurri a partire dalla stagione invernale e sarà una presenza costante in tutto il panorama dell'atletica italiana, dai campionati di ogni categoria al Golden Gala. L'abbigliamento tecnico da gara consiste in canotte ad alte prestazioni e skinsuit aerodinamiche con finiture tagliate al laser e tessuti ultraleggeri per massimizzare la termoregolazione durante le competizioni.

Presenti all'On Flagship Store di Milano gli azzurri Yohanes Chiappinelli e Francesco Pernici, il presidente Stefano Mei e il co-fondatore Olivier Bernhard, che in 15 anni ha portato On a fatturare circa tre miliardi di euro nel 2025. L'ex triatleta ha creato il marchio nel 2010 insieme a David Allemann e Caspar Coppetti e guarda oltre Los Angeles 2028. "Dopo il Burundi, abbiamo deciso di puntare sull'Italia perché ha atleti di vertice in tutti i settori, dallo sprint ai salti, dall'endurance ai lanci. Un mercato per noi importante perché l'Italia sa sempre di più appassionarsi a sport diversi dal calcio. Uno dei nostri obiettivi è arrivare per primi a battere il muro delle due ore in maratona".

MONDIALI UNIVERSITARI DI CROSS: STORICO ORO PER LUCIA ARNOLDO

Storico bottino per l'Italia nella 24^a edizione dei Mondiali universitari di cross, svoltisi a Cassino (FR) nel weekend del 14-15 marzo. Cinque medaglie complessive, con il fiore all'occhiello degli ori di Lucia Arnoldo sui 10km e della squadra femminile. Argento per il team della combinata (lungo-corto) maschile (Konjoneh Maggi, Nicolò Bedini, Mauro Dallapiccola, Mattia Marazzoli, Thomas Serafini, Carmelo Cannizzaro, Matteo Bardea, Marco Ranucci) e per la staffetta del cross corto (Serafini, Fracassini, Maggi, Minati); bronzo per quella del cross lungo (Dallapiccola, Moressa, Cannizzaro, Munaretto).

Lucia Arnoldo, ventenne bellunese, specialista della corsa in montagna e portacolori dell'Atl. Dolomiti, trionfa nell'individuale sui 10 km e trascina la squadra (Sara Arrigoni, Diletta Moressa, Laura Ribigini, Valeria Minati, Melissa Fracassini) al successo nella combinata per nazioni. L'azzurra è protagonista di una gara in rimonta, che culmina in un ultimo giro arrembante e in un 35'20" finale con cui dà la polvere alla turca Ceto (35'35") e alla giapponese Murayama (35'41"). Quello della studentessa in biotecnologie è il primo oro azzurro individuale nella storia dell'evento. "Non avevo mai fatto 10 km nel cross - rivela Lucia - e sono partita cauta. Poi il finale è stato incredibile".

Lucia Arnoldo con la turca Ceto e la giapponese Murayama. (foto Nardelli)





UNA TORUN MAI VISTA VETRINA PER ROMA

Le imprese azzurre ai Mondiali indoor sono il biglietto da visita ideale per la candidatura della Capitale alla massima rassegna all'aperto del 2029. È il regalo che vorrei per questa generazione di fenomeni e per l'Italia

Soddisfatti, consapevoli e sempre più ambiziosi. Tornare a casa da un Mondiale con il record di ori e di medaglie, e avere la sensazione che avremmo potuto fare ancora meglio, dà la cifra di quanto sia cresciuto lo "status" della nostra Nazionale. Quale miglior biglietto da visita per presentarci alla candidatura Mondiale di Roma, se non gli splendidi tre giorni di Torun? In queste pagine di "Atletica" ne leggerete ogni dettaglio e tutto l'impegno che sta alla base di imprese così epocali. Quello che personalmente posso trasmettervi, avendo vissuto come sempre a stretto contatto con gli azzurri e le azzurre, è la magia che si respira nel gruppo e gli occhi che dicono "tutto è possibile".

Nell'intera storia dei Mondiali indoor avevamo conquistato soltanto due ori con le donne, entrambi a Parigi, con Giuliana Salce nell'85, quando si chiama-

vano ancora Giochi Mondiali, e con Fiona May nel '97. A Torun ne abbiamo vinti due nella stessa sera, grazie a una Nadia Battocletti incontentibile, sempre più icona dello sport italiano, e a una Zaynab Dosso mai così dominante, capace di battere la campionessa olimpica dei 100. Chi ci avrebbe creduto, cinque anni fa? E poi Andy Diaz conferma d'oro per la gioia di nonna Milagros, mai uscita prima da Cuba; Mattia Furlani d'argento dopo una notte da incubo; Larissa Lapichino seconda nonostante le "Larissate" (il copyright è suo): che squadra, quante emozioni! E l'abbraccio più forte, come al solito, l'ho dato a chi è tornato a casa senza medaglie e con la faccia scura, deluso per la propria gara: la prossima andrà meglio. Ci meritiamo i Mondiali di Roma, lo penso e lo dico apertamente. Sono felice di come stia prose-

guendo il dialogo con il governo, concretizzato nella lettera di sostegno del ministro Abodi, e sono ottimista che il dossier possa trovare pieno appoggio anche dal fronte economico. Non è una sfida semplice, ma siamo pronti: la credibilità internazionale dell'Italia, la qualità e il fascino dello stadio Olimpico e del Foro Italico, la sinergia istituzionale che stiamo riscontrando, sono tutti elementi che giocano a nostro favore.

È il regalo che vorrei per questa generazione di fenomeni. Nel 2029 arriveranno alla piena maturazione e saranno gli ambasciatori dell'atletica nel mondo. I bambini potranno innamorarsi del nostro sport. Tutta l'Italia, non soltanto sportiva, ne beneficerebbe. Continuiamo a lavorare e a sognare insieme.

Stefano Mei

ACQUA DELLA SALUTE
ACQUA MINERALE NATURALE

ULIVETO®

VIVI IN FORMA

Uliveto, per la composizione unica dei suoi preziosi minerali,
è l'acqua eccellente per lo sport

L'acqua scelta da:

 **atletica
italiana**
FEDERAZIONE ITALIANA
DI ATLETICA LEGGERA

**ULIVETO È L'ACQUA
PER LO SPORT**



I CAMPIONI ITALIANI DI ATLETICA BEVONO ULIVETO

ULIVETO E LA FEDERAZIONE MEDICO SPORTIVA ITALIANA INSIEME PER LO SPORT





LA REGOLA DEL 5 E DELLE DUE "T"

Da Tokyo 2021 a Torun 2026, nelle due rassegne globali, l'Italia ha ripetuto in cinque anni lo stesso numero di podi: cinque. Un gioco di simmetrie ottenuto con un ricambio totale: nessuno dei protagonisti in Giappone era presente in Polonia.

La rivista che avete fra le mani o leggete online, nata dal multiforme ingegno di Bruno Zauli nel 1933, entra nel 93° anno di vita proseguendo il suo percorso lineare che non ha praticamente conosciuto sospensioni (se non negli anni 30). Questo grazie alla sua capacità di adattarsi all'evoluzione della società soprattutto in un'epoca in cui la stampa periodica attraversa il suo momento più delicato. Possiamo considerare quindi il magazine "Atletica" (nome assunto dal 1° gennaio 1935) un testimone fedele e costante dell'andamento di una disciplina che non ha mai perso, semmai ha accresciuto, i connotati di regina dello sport. Ebbene, anche se non è possibile un confronto analitico fra le varie epoche, statistiche alla mano possiamo dire che il movimento di vertice, puntellato dall'attività giovanile, non ha mai vissuto un momento così positivo e florido. È diventato quasi pleonastico

accompagnare il bilancio delle principali manifestazioni che si susseguono durante l'anno con la parola "storico" perché non c'è stata praticamente rassegna negli ultimi cinque anni, in coincidenza con l'attuale gestione federale, che non abbia prodotto una spallata nei riguardi delle edizioni precedenti. È il caso dei Mondiali indoor di Torun di cui ci occupiamo in questo numero, ma stavolta c'è una simmetria di numeri e di lettera iniziale (T) che ci permette di chiudere un cerchio simbolico. Dai cinque ori di Tokyo ai cinque podi di Torun, che non sono un "parente" povero ma una scintillante conferma, c'è un cerchio virtuoso che si chiude. Chi ama le figure retoriche della grammatica (ma anche più semplicemente i giochi enigmistici) parlerebbe di palindromo: quella parola o frase che, letta da sinistra a destra o al contrario, rimane identica. La regola del cinque: un cerchio

di cinque anni che a livello mondiale (dall'Olimpiade di Tokyo, slittata al 2021, ai Mondiali indoor 2026) si apre col cinque e si chiude con lo stesso numero. Non c'è neanche da aspettare che si completino i cinque anni perché la prossima rassegna internazionale ci vedrà impegnati a livello europeo dove l'obiettivo è avvicinare i clamorosi 24 podi casalinghi di Roma 2024. Ma non sottolineeremo mai abbastanza l'aspetto più importante che suggella la chiusura dell'anello: nessuno degli immensi protagonisti di Tokyo, staffettisti compresi, era presente in Polonia, complice l'assenza della marcia e della 4x100 nel programma al coperto. Aggiungendo un'altra materia scolastica (dalla grammatica all'aritmetica) verrebbe da dire che: cambiando l'ordine dei fattori il prodotto non cambia. È sempre Grande Italia.

Fausto Narducci

Za e Nadia raggianti durante il giro d'onore

Fotoservizio Francesca Grana

BATTOCLETTI & DOSSO ABBRACCIATE NELL'ORO

Nadia e Zaynab si sono incrociate a Torun come Jacobs e Tamberi a Tokyo, festeggiando insieme i titoli dei 3000 e dei 60, i due estremi della corsa femminile. Stavolta sono passate due ore fra le due vittorie in una "giornata della donna" che ha coinvolto tutta la squadra azzurra.

di Mario Nicoliello

Basta un abbraccio per accendere la primavera e riannodare, sotto il tetto di Torun, quel filo d'oro che dall'estate olimpica di Tokyo continua a brillare senza spezzarsi. Due corpi ancora scossi dall'adrenalina, due sorrisi increduli che si cercano e si trovano in zona mista. Nadia Battocletti e Zaynab Dosso si stringono nell'arena polacca come Marcell Jacobs e Gimbo

**Sprint e fondo
alfa e omega
unite da un filo
che si riannoda
alle Olimpiadi**

Tamberi nello stadio giapponese, con la medesima consapevolezza di essersi spinte un passo più in

L'abbraccio
tra Dosso
e Battocletti



QUELL'ABBRACCIO INDIMENTICABILE

Tokyo, 1 agosto 2021. Nello stadio Olimpico svuotato dalla pandemia, due azzurri scrivono la storia nel giro di 14 minuti. Alle 14.40 italiane, "Gimbo" conquista l'oro dei Giochi nel salto in alto, ex aequo con l'amico-rivale qatarino Mutaz Barshim, a capo di una finale incredibile. Alle 14.54, Marcell Jacobs si prende titolo e record europeo dei 100 metri ai danni dello statunitense Fred Kerley. Ad attenderlo sul traguardo proprio il compagno di squadra, che lo avvolge in un abbraccio rimasto indelebile. E rivissuto quattro anni e mezzo dopo, a Torun, da Nadia Battocletti e Zaynab Dosso, anche loro fresche di medaglie d'oro, nella zona mista del palasport polacco.

Lo storico abbraccio tra Jacobs e Tamberi a Tokyo 2021 (foto Giancarlo Colombo)

là, oltre un limite che sembrava invalicabile. È in quel momento del sabato polacco che l'onda azzurra riscrive le gerarchie globali, dominando i due estremi della corsa femminile: l'alfa e l'omega, i 60 e i 3000 metri. Zaynab si prende lo scettro dello sprint in sette secondi, a Nadia servono quasi nove minuti per accomodarsi sul trono del

mezzofondo. Due ore appena tra un'impresa e l'altra, il tempo necessario per trasformare una giornata qualunque in una festa della donna posticipata, ma indimenticabile. Quando Battocletti scende dal podio col tricolore sulle spalle e la medaglia al petto,

Dosso sta ancora finendo il giro delle tv dopo la finale: l'incrocio tra le due campionesse mescola le loro storie.

3 ori

La vigilia di Nadia

A Torun, l'Italia ha conquistato per la prima volta tre medaglie d'oro in una singola edizione dei Mondiali indoor. Il massimo sinora erano state le due di Nanchino 2025.

La prima viene scritta nel mezzofondo, al tramonto di quindici giri caotici, dove la

9 podii

Conquistando l'oro nei 3000 ai Mondiali di Torun, Nadia Battocletti ha portato a nove la sua incredibile striscia di podii consecutivi. Dalla doppietta a Roma 2024, passando per l'argento olimpico a Parigi, fino al trionfo polacco, un totale di sei ori, due argenti e un bronzo tra pista, strada e cross.

I tormenti di Nadia "Una gara folle dopo il Ramadan Staff e famiglia mi hanno protetta"

futura ingegnera risolve l'equazione più complessa, quella dell'astuzia tattica perfetta. "È stata una gara folle", dirà al traguardo, con le mani tra i capelli e lo sguardo ancora attonito. Folle davvero, perché succede di tutto: contatti, spinte, cadute. La spagnola Garcia tampona l'australiana Hull, che travolge la favorita etiopese Hailu. Il gruppo si sfilaccia, ma l'azzurra mantiene lucidità, istinto, coraggio. La trentina era arrivata a Torun con un carico invisibile: il Ramadan appena concluso, allenamenti difficili, sensazioni opache. "Fino alla settimana precedente pensavo di non partecipare", confessa. Il corpo non risponde, le gambe sono pesanti, la fiducia vacilla: "Ho fatto lavori importanti al palaindoor di Padova, ma la sera, e arrivavo già in difficoltà. Dovevo fare ripetute in 2'50" e mi ritrovavo a farle in 3'20". Non era il miglior modo per arrivare a un Mondiale. Sentivo che il corpo non reggeva. Anche cose semplici, come fare le scale a casa





L'arrivo dei 60 femminili

IL MEDAGLIERE

Nazione	O	A	B	tot.
USA	5	7	6	18
Gran Bretagna	4	0	0	4
ITALIA	3	2	0	5
Portogallo	2	1	0	3
Ucraina	2	1	0	3
Spagna	1	2	2	5
Olanda	1	2	1	4
Belgio	1	2	0	3
Polonia	1	1	2	4
Swizzera	1	1	1	3
Canada	1	1	0	2
Nuova Zelanda	1	0	1	2
Rep. Ceca	1	0	1	2
Svezia	1	0	1	2
Bahamas	1	0	0	1
Cuba	1	0	0	1
Australia	0	2	3	5
Giamaica	0	2	2	4
Grecia	0	1	0	1
Messico	0	1	0	1
Serbia	0	1	0	1
Slovenia	0	1	0	1
Venezuela	0	1	0	1
Algeria	0	0	1	1
Bulgaria	0	0	1	1
Colombia	0	0	1	1
Corea del Sud	0	0	1	1
Francia	0	0	1	1
Irlanda	0	0	1	1
Saint Lucia	0	0	1	1
Senegal	0	0	1	1
Trinidad	0	0	1	1

“Ora guardo avanti Al Golden Gala con le lepri giuste punto nei 5000 al record europeo

durante il digiuno, erano faticose”. Ma c’è uno staff che la protegge, una famiglia che la sostiene, una convinzione che resiste sotto traccia: “Fabio Diana e Pierluigi Fiorella mi hanno seguita continuamente, controllando tutto. E poi Elisabetta, la mia psicologa, che ha lavorato con un’atleta che in quel momento non aveva



fiducia in sé stessa. Papà e mamma mi hanno detto di provarci, che quando avrei ripreso a mangiare sarei stata meglio. E se non fosse andata, non sarebbe stato un problema”.

Il traguardo

A 500 metri dalla fine Nadia è in testa, Hull la supera sul rettilineo, provando a scappare, ma Battocletti non cede. La segue “come un segugio”, aspetta, studia. E quando arriva l’ultima curva, affonda. È un sorpasso che vale il primo titolo mondiale della carriera e la prima meraviglia sotto un tetto. “Bisognava danzare nel caos e ci sono riuscita”. Dentro questa frase c’è la crescita, la maturità, la trasformazione. Era la più forte d’Europa, ora lo è del mondo. Atleta vincente su ogni superficie: pista, strada, cross, indoor. Con

il peso delle incertezze lasciato alle spalle, può guardare avanti: al cronometro, al Golden Gala, a quel record europeo dei 5000 che non sembra più un sogno lontano: “Serviranno le lepri giuste”.

La perfezione di Za

Se Battocletti conquista il mondo navigando nel disordine, Zaynab Dosso lo fa inseguendo la perfezione nella corta volata. Il suo oro è costruito sulla solidità e sulla consapevolezza. Dalla quarta corsia, dopo aver firmato il miglior tempo in semifinale, Za scatta senza pensare troppo. “Parti e arrivi”, si dice. Il cronometro recita 7”00, un centesimo sopra il personale, ma basta e avanza: tre centesimi meglio di Sears e dell’olimpionica Julien Alfred. “Dopo la semifinale credevo seriamente che servisse scendere sotto i sette secondi. Non è successo, ma va bene così”. Il resto è emozione pura. “È la medaglia più bella, più significativa. È il frutto della resilienza”.

UNO SPONSOR FORTUNATO

Ai Mondiali indoor di Torun ha debuttato sulle maglie azzurre il nuovo sponsor On. E ha portato decisamente fortuna



L'arrivo vincente della Battocletti

Le certezze di Za “La gioia più bella Grazie a Frinolli mi sono liberata dai pesi inutili”

Dentro quell'oro c'è un viaggio lungo anni: frustrazioni, aspettative sbagliate, cambiamenti radicali. C'è la delusione del Mondiale all'aperto nipponico, con il peso che schiaccia: “Lì sono arrivata con troppe aspettative, mi ero caricata di pesi inutili. La batteria è stata incredibile perché non sapevo cosa aspettarmi, ero libera. Il giorno dopo invece ho voluto controllare tutto, pianificare, e mi sono fatta male”. C'è la scelta di ripartire, “di uscire dalla comfort zone, di godersi il percorso invece di inseguire ossessivamente il risultato”. E c'è anche il tecnico Giorgio Frinolli, “a cui dedico tutto questo. Abbiamo scelto di cambiare, facendo cose che non mi piacevano: i blocchi a Tenerife, lavori diversi, distanze più lunghe. Dalle prime gare non sapevo cosa aspettarmi”.

Sogni all'aperto

Bronzo a Glasgow, argento a Nan-

chino, oro a Torun. Una progressione che racconta una scalata lucida, costruita passo dopo passo che consente di completare la collezione dei metalli iridati indoor. “Ogni impresa crea qualcosa. Penso a quello che ha fatto Marcell Jacobs o ad altri risultati che hanno cambiato la percezione. Spero che questo oro possa spingere altri ragazzi e ragazze a puntare in alto, non solo a partecipare”. Dosso è la prima sprinter italiana sul tetto del mondo. “La testa fa la differenza. Le gambe girano, ma è la leggerezza mentale la chiave”. Quella che le permette di correre libera, senza catene e che adesso potrebbe dischiuderle nuovi orizzonti: “I 200 metri per costruire, i 100 per sognare in grande. Ho in mente un grande tempo, ma più che una promessa è una direzione. Alla fine è sempre una questione di non autosabotarsi. Devo restare concentrata sul mio percorso, sul lavoro che faccio e sul mio team”.

Complementari

Battocletti e Dosso sono opposte ma complementari. Una costruisce, attende, colpisce nel momento perfetto. L'altra esplose, allarga il compasso, si tuffa sul filo di lana.

L'ITALIA AI MONDIALI INDOOR

Edizione	O	A	B	tot.
Parigi 1985	1	2	1	4
Indianapolis 1987	0	1	2	3
Budapest 1989	0	0	3	3
Siviglia 1991	0	1	3	4
Toronto 1993	1	0	1	2
Barcellona 1995	1	1	0	2
Parigi 1997	1	0	0	1
Maebashi 1999	0	0	0	0
Lisbona 2001	1	0	0	1
Birmingham 2003	0	0	0	0
Budapest 2004	0	0	0	0
Mosca 2006	0	0	1	1
Valencia 2008	0	0	0	0
Doha 2010	0	0	0	0
Istanbul 2012	0	1	0	1
Sopot 2014	0	0	0	0
Portland 2016	1	0	0	1
Birmingham 2018	0	0	1	1
Nanchino 2020	annullati			
Belgrado 2022	1	0	1	2
Glasgow 2024	0	2	2	4
Nanchino 2025	2	1	0	3
Torun 2026	3	2	0	5
totale	12	11	15	38

“Seguo la direzione
senza sabotarmi
Adesso all'aperto
costruirò nei 200
l'impresa sui 100”

Nadia lavora con i secondi, Zaynab con i centesimi, eppure entrambe si accomodano nello stesso giorno sulla vetta del globo. Insieme, felici e contente. Quell'abbraccio in zona mista è il simbolo di un'atletica italiana che non vive di episodi isolati, ma ha saputo costruire un movimento solido, profondo e ambizioso. Da Tokyo 2021 a Torun 2026 il filo azzurro non si è spezzato, anzi ha preso velocità. E quando sprint e resistenza si danno la mano, la sensazione è che nulla sia impossibile.

“UNA ZAYNAB COSÌ PUÒ FARE QUEL CHE VUOLE”

Alfred e Dosso, coppia di regine

Fotoservizio Francesca Grana

Parla Frinolli, il tecnico che ha plasmato la Dosso a Roma e che l'azzurra ha ringraziato a più riprese. Dopo il primo sub-7” si punta al primo sub-11”:

“Una volta che abbatti i muri, diventa tutto più facile. E lei mi chiede una cosa sola: vincere”

di Christian Marchetti

Immaginiamola come una formula matematica. Zaynab Dosso + una stagione indoor spettacolare + un inizio primavera tutto cuore e pista = futuro. E quel futuro è una gigantesca incognita che, chissà, magari ha cominciato a prendere forma nella testa dell'allenatore di “Za” al “Paolo Rosi” di Roma, Giorgio Frinolli. O forse no. “Perché porre limiti?”, si chiede infatti il tecnico romano. Benvenuti allora nel futuro della velocità al femminile, perché sulla punta dell'iceberg c'è appunto Zaynab Dosso, sotto di

essa qualcosa che sta assumendo le sembianze di una scuola.

Un attimo però, Frinolli. Dopo il trionfo di Torun, abbiamo avuto un po' tutti l'impressione che, stavolta più di altre, Zaynab abbia tenuto a ringraziarla. È successo di nuovo?

“Onestamente non saprei. È stato uno slancio spontaneo. Credo che sia rimasta soddisfatta dal lavoro che tutti noi del team abbiamo svolto. Abbiamo fatto di tutto: lei è partita con una determinazione

feroce e noi le siamo andati dietro. Forse mi ha ringraziato per aver soddisfatto queste sue richieste importanti”.

Nello specifico?
“Vincere”.

“I Giochi di Tokyo la svolta della sua carriera: venendo a Roma ha messo tutto sul piatto”



Il momento della proclamazione

Ah, ecco.

“Oramai la sua unica richiesta è di andare alle grandi manifestazioni e vincere. Punto”.

Avesse “soltanto” vinto... Ha corso 6”99 nella pre-mondiale di Torun e poi 7 netti sia in una semifinale che in una finale iridata.

“Quando una sprinter riesce a esprimere ciò che vorrebbe ed è padrona di ciò che fa allora si vedono grandi cose. Per ottenere quei tempi lei era in una grande condizione fisica, ma soprattutto mentale”.

Zaynab dice spesso che dopo i Mondiali di Tokyo qualcosa è cambiato. È d'accordo?

“Sì, ma non è stata quella la molla. Per questa dobbiamo tornare alle

Olimpiadi sempre nella capitale giapponese, in cui è stata riserva per la staffetta e senza gareggiare individualmente. Da lì è partito il suo percorso di crescita, con la decisione di trasferirsi da Rubiera a Roma. Lei fece ‘all-in’, mise tutto sul piatto, dal punto di vista economico e professionale, lasciando anzitutto la casa e la famiglia. Poi, certo, ci sono stati gli episodi che hanno alimentato la fiamma. Sono successe tante cose belle e altre meno belle come i Giochi di Parigi o, appunto, i Mondiali di Tokyo, questi ultimi condizionati dal fastidio al piede avvertito dopo gli Europei indoor di Apeldoorn”.

Così però partiamo da lontanissimo. Ora dove si trova Zaynab?

“In uno stato di consapevolezza



Zaynab DOSSO è nata il 12 settembre 1999 a Man, in Costa d’Avorio, e si è trasferita in Italia all’età di dieci anni per ricongiungersi con la famiglia. Cresciuta a Rubiera (RE), è stata portata all’atletica dal suo professore di educazione fisica all’età di 13 anni. Gli inizi con la Calcestruzzi Excelsior, poi nel 2018 il passaggio alle Fiamme Azzurre, per cui gareggia tuttora. Nel 2021 ha lasciato Rubiera e la sua coach di sempre, Loredana Riccardi, per trasferirsi a Roma, dove si allena al “Paolo Rosi” con Giorgio Frinoli. L’anno dopo è esplosa durante la stagione indoor, ritoccando a più riprese il record italiano dei 60 (che resisteva da 39 anni), portato ora a 6”99. Agli Europei indoor di Apeldoorn 2025 ha conquistato una storica medaglia d’oro, bissata quest’anno sul proscenio mondiale di Torun. Vanta anche l’argento ai Mondiali al coperto di Nanchino 2025. Ha vinto poi il bronzo con la 4x100 agli Europei di Monaco (2022), sui 60 ai Mondiali indoor di Glasgow (2023) e sui 100 agli Europei all’aperto di Roma (2024). Ai Giochi di Parigi 2024 ha raggiunto le semifinali. È anche primatista italiana dei 100 in 11”01. Detta da tutti “Za”, è fidanzata con Decio Andrade, martellista portoghese. Pratica il pilates, legge libri di Osho, ama ballare e la fotografia.

“Non rispondo mai a chi mi chiede quanto vale Za per non chiuderla in una cornice”

FRECCIADAYS

Alcuni giorni sono fatti per viaggiare

martedì, mercoledì, giovedì e sabato
viaggi con sconti fino al 60%

Scopri tutte le destinazioni e acquista
il tuo biglietto su [trenitalia.com](https://www.trenitalia.com)

 **FRECCIAROSSA**

L'offerta FrecciaDAYS, acquistabile presso tutti i canali di vendita Trenitalia, è a posti limitati e variabili in base al giorno, al treno e alla classe o livello di servizio. È valida per viaggi sui servizi Frecciarossa e Frecciargento, nei livelli di servizio Business, Premium e Standard e in 1° e 2° classe. Lo sconto si applica rispetto al prezzo del biglietto Base e non è cumulabile con altre riduzioni, ad eccezione di quella prevista a favore dei ragazzi. Le operazioni di cambio prenotazione/biglietto e il rimborso non sono consentite. Maggiori informazioni su [trenitalia.com](https://www.trenitalia.com)



L'abbraccio tra Zaynab e Frinolli a Torun

in cui ha ben chiaro ciò che vuole ottenere. Idealmente la immagino al campo, a battere impaziente il piedino a terra chiedendomi di aiutarla a realizzare ciò che ha in testa”.

Dopo Torun, subito i 100 senza passare per la staffetta.

“Bisognava recuperare da un Mondiale finito troppo a ridosso della preparazione per la stagione all'aperto. L'obiettivo principale resta Birmingham, mentre i Mondiali di staffetta sono stati collocati in un momento piuttosto particolare, considerando che l'avvicinamento ai 100 è cominciato il 30 marzo”.

È arrivato il “sub-7”, adesso c'è da puntare il “sub-11”. Tra i limiti di cui parla Za c'è o c'è stato quello relativo ai tempi?

“Sì”, sorride Frinolli.

Ma è qualcosa, una preoccupazione, di cui è stato investito l'allenatore?

“Una volta che abbatti i muri, diventa tutto più facile. E qui nasce il motivo per cui, quando mi chiedono quanto possa ottenere sul cronometro, non mi sbilancio mai. Se rispondessi 10”90, lei si tarerebbe su 10”90 mentre magari, chissà,

“Il suo rapporto con Decio le ha dato la serenità che cercava. Per me è Camomilla”

vale 10”80. Credo possa fare ciò che vuole, ma non sono io a volerla definire o chiuderla in una cornice”.

L'arrivo a Roma del fidanzato, il martellista portoghese Decio Andrade, potrà essere una marcia in più?

“Sì, io lo chiamo Il Camomilla. È stato un equalizzatore, un uomo che le ha dato la serenità che cercava”.

Certo che la nuova casa in zona Marco Simone-Guidonia non è proprio vicinissima all'Acquacetosa dove sono gli allenamenti.

“Cercheremo di adattare gli ora-

“I 200 non sono un obiettivo ma servono a curare il mantenimento della velocità.”

ri, in modo che non trovi troppo traffico. Lorenzo (Simonelli; ndr) arriva dall'Eur... A Roma ti devi adattare subito e Za questo lo sa benissimo”.

E l'irruzione di Kelly Doualla può essere uno sprone?

“Sono contento che stiano arrivando tante ragazze e che queste possano seguire un percorso segnato, ma credo che Za abbia al momento dei riferimenti diversi”.

Parlavamo di una nuova rivale in casa, che parlasse la sua “lingua”.

“Alla vigilia di Torun, elencando le sue avversarie, non aveva incluso la Alfred. Le ho chiesto allora se avesse novità, se sapesse di una eventuale assenza della sprinter caraibica. Mi ha risposto di non sapere nulla delle sue avversarie ai Mondiali. Segno che è concentrata esclusivamente su se stessa e sul suo obiettivo”.

Da dove nascono le novità del team Frinolli?

“È una squadra ampia con un collaboratore, che è Daniel Buttari. Ciascun atleta si fa seguire dal rispettivo nutrizionista e, tra questi, c'è Francesco Fagnani. Chi vuole si rivolge inoltre a professionisti per i percorsi psicologici. Ci sono il medico Francesco Corsetti e un gruppo di fisioterapisti, da Alberto Marcellini a Domenico Porreca, a Valerio Palumbo. E c'è Stefano Serranò che mi dà consigli su come sviluppare la forza”.

A proposito di novità: Zaynab Dosso sui 200.

“Si è già cimentata sulla distanza due anni fa. Sa che provare a lavorare anche sul mantenimento della velocità potrà esserle d'aiuto. I 200 non sono un obiettivo. Quello, piuttosto, è sui 100 metri. Non si scappa”.

DIAZ, TRE BALZI nati dai diamanti

La scuola dei “balzatori”, creata negli anni 60 dalla combinazione fra tecnici sovietici e talenti cubani, si è evoluta grazie al coach Donato Il bis iridato indoor arrivato dopo otto vittorie in Diamond League

di Nicola Roggero

Quando negli anni 60, gli accordi politici tra Cuba e Unione Sovietica furono estesi allo sport, i tecnici arrivati da Mosca non credevano ai loro occhi. Volevano portare sull'isola il loro stra-

ordinario magistero nel salto triplo: scoprirono che era utile, certo, ma solo in parte. I cubani avevano doti naturali tali da stravolgere la celebre filastrocca dell'hop, step e jump. A loro ba-

L'italo-cubano «aggreduce» la pedana

**Donato: “Ho
speso nottate
a bere tisane
per la sintesi
dei nostri stili”**

stava il primo, il balzo, ripetuto per tre volte. Nacque un neologismo: balzatori, più che saltatori, e il primo grande prodotto fu Pedro Perez Duenas, capace nel 1970 di togliere il primato del mondo all'immenso Viktor Saneyev. “Non serve neppure doparli”, la frase che secondo i maligni sarebbe sfuggita ai tecnici sovietici di fronte all'impresa. Leggenda, certo, ma l'effetto combinato della scuola russa con le qualità cubane lascia il segno a mezzo secolo di distanza: il podio olimpico di Parigi, seppure con bandiere diverse, era interamente frutto dell'isola caraibica.

Semmai, il problema, è adattare gli allenamenti classici con fisici e gesti che rispondono ad altri canoni.

Cinque anni

Fabrizio Donato, da cinque anni, gestisce il diamante chiamato Andy Diaz, oro nel triplo a Torino: il sogno di ogni tecnico per il talento e allo stesso tempo il terrore che la seta purissima dei suoi muscoli non regga di fronte a sollecitazioni esasperate. Balzi bellissimi a vedersi, quelli della scuola cubana, ma che fanno vibrare tendini e articolazioni molto di più rispetto alla classica azione radente tipica degli europei. La stessa, per intendersi, che ha portato Fabrizio Donato a conquistare il titolo continentale e il bronzo olimpico da atleta, ma che adesso, da tecnico, lo costringe alla sintesi dei due stili



Andy DIAZ HERNANDEZ è nato a L'Avana il 25 dicembre 1995, s'è rifugiato nel nostro Paese nel 2021, ha ottenuto la cittadinanza italiana il 23 febbraio 2023 ed è diventato elegibile per la maglia azzurra l'1 agosto 2024. Tesserato inizialmente per la Libertas Livorno, gareggia ora per le Fiamme Gialle ed è allenato dall'ex primatista italiano Fabrizio Donato, che l'ha accolto a casa sua quand'era in attesa di asilo politico, a cui ha tolto il record nazionale, saltando 17,75 a Firenze (2023). Primato ritoccato in occasione dei Mondiali indoor di Nanchino 2025 con 17,80. Bronzo ai Panamericani del 2019 con la maglia di Cuba, s'è ripetuto ai Giochi di Parigi 2024 al debutto con l'Italia, dopo cinque anni di assenza dalle grandi manifestazioni internazionali. Nella scorsa stagione indoor (2025) ha realizzato la doppietta Europei-Mondiali; le prime medaglie d'oro della sua carriera. Titolo iridato indoor bissato quest'anno a Torun. Pratica atletica dall'età di 8 anni. Nel 2022, 2023 e 2025 ha vinto la finale della Diamond League. Ama ballare e si diletta a riparare apparecchiature elettroniche.

**“La dispersione
dell'energia
è stata risolta
rendendo i salti
più radenti”**



Andy con l'allenatore Fabrizio Donato

Uno step di Diaz a Torun



“Atleta integro anche a 30 anni. Infortuni gravi non ne ha avuti con me in Italia”

per salvaguardare il due volte campione mondiale indoor dagli infortuni.

“E’ stato un percorso lungo, cominciato cinque anni fa, quando Andy è arrivato in Italia. Abbiamo passato intere notti a discutere davanti al camino, bevendo tisana (chissà se un caraibico apprezzava?; ndr)

e

nali di allenamento, ma ha accettato di confrontarsi e capire che, senza rinunciare alle sue qualità di rimbaltista naturale, si poteva rendere la sua azione più scorrevole, quella che ha portato Jonathan Edwards a ottenere misure mai più eguagliate. Si trattava di integrare i punti di forza che già gli appartenevano con il miglioramento di quelli deboli, come l’eccessiva dispersione di energia, rendendo più radente la dinamica del salto”. La scommessa, si diceva, è portarlo sano in pedana: il triplo pare specialità inventata apposta dagli ortopedici.

Fabrizio Donato, una carriera che l’ha portato ad essere competitivo sino a 45 anni, è l’eccezione che conferma la regola e come tale può essere l’ideale per conservare l’atleta in piena salute. “L’esperienza, anche in fatto di infortuni, mi rende sereno: Andy ha poco più di 30 anni, ma fisicamente è un atleta integro. Si tratta di studiare e confrontarsi con le tante persone che ho incontrato nella mia vita sulle pedane per capire quali sono i lavori da fare e quelli da evitare. Non si tratta di fare dei miracoli, ma di sfruttare la conoscenza in materia. Andy va gestito, certo, ma da quando è in Italia non ha subito infortuni gravi, solo all’ultimo mondiale a Tokyo è stato condizionato dalla pubalgia, intoppi normali per questa specialità”.

parlando delle diverse tecniche. Era arrivato in Italia con i suoi diari perso-

Un bel primo piano di Andy fasciato con il Tricolore



Andy si concentra in attesa di saltare



Re Diamond League

A provarlo, oltre ai due titoli mondiali indoor di Nanchino e Torun e il bronzo all'Olimpiade di Parigi, ci sono gli otto successi nelle tappe della Diamond League, con tre trionfi finali. Ma quello che soddisfa maggiormente Fabrizio è aver sfatato uno stereotipo legato ai favolosi balzatori dell'isola: "Si diceva che i cubani potessero essere allenati solo dai cubani: Pichardo gestito dal padre, Jordan Diaz dal grande Pedroso. Con Andy abbiamo dimostrato che non è così, lui si è dimostrato aperto alle novità con l'inserimento di metodi diversi di allenamento e i risultati si sono visti. Quando

si allenava a Cuba



L'inchino al pubblico di Andy Diaz

La stagione indoor ha portato l'oro con soli sette salti Il 17,47 iniziale ha ucciso la gara

otteneva grandi risultati solo nelle gare di casa, poi all'estero faceva fatica a superare i 17 metri: ai Mondiali di Londra era finito settimo, a quelli indoor di Birmingham appena quindicesimo, a Doha eliminato addirittura in qualificazione. Adesso è sempre protagonista, regolarissimo a livelli molto alti".

La gara di Torun

Andy ha potuto programmare con serenità la stagione all'aperto, dopo l'attività indoor ottimizzata in maniera chirurgica: Andy ha conquistato il titolo mondiale con sette salti in tutto, due agli Assoluti ad Ancona e cinque a Torun, dove, come già ai precedenti Mondiali di Nanchino, ha risolto la faccenda al primo salto. In Cina il 17,80 ammazzò subito la gara, in Polonia il 17,47 ha lasciato qualche speranza ai rivali. Ci hanno creduto soprattutto Jordan Scott, giamaicano plasmato all'Università della Virginia, e l'algerino Yasser Triki, un prodigio di eleganza di gesto in una terra nota soprattutto per i mezzofondisti. Entrambi costretti però a fare la fine di Achille con la tartaruga: serie in crescita per tutti e due, arrivati rispettivamente a 17,33 e 17,30, ma senza scalzare l'azzurro, in

posizione di controllo al punto da passare la terza prova e piazzare due nulli alla fine, quando a gara vinta si è permesso di rischiare.

Stagione estiva

Adesso comincia il percorso verso la stagione estiva, confortati dalle risposte non solo prestazionali ma anche dal benessere fisico. "Gareggeremo, situazione locale permettendo, a Doha nella prima tappa di Diamond League, poi appuntamento al Golden Gala. L'obiettivo della stagione sono naturalmente gli Europei di Birmingham, titolo che gli manca visto che a Roma non poté essere protagonista (a giugno 2024 non era ancora eleggibile per la maglia azzurra; ndr). Peccato che nella nuova rassegna dell'Ultimate Championship, a Budapest, non ci sia il triplo: vuol dire che ci concentreremo sulla Diamond League e l'inseguimento al quarto diamante". Intanto Andy, dopo il successo di Torun, è tornato molto rapidamente al lavoro, e per una volta è stato l'atleta a mettere fretta al tecnico. "Abbiamo festeggiato il titolo in maniera sobria, ma in ogni caso avevo previsto qualche giorno di pausa. Invece è stato lui a insistere, e tre giorni dopo il nostro ritorno da Torun ha voluto subito ricominciare il lavoro. Lo vedo carico e in salute, ci sono tutte le premesse per ottenere misure importanti". Magari una che comincia con il 18.

All'aperto Diaz vuole l'Europa che gli manca e il quarto titolo di Diamond League



L'INFINITO FURLANI guarda...in alto

Un bel primo piano
di Mattia

L'argento del lungo (settima medaglia consecutiva) incastonato in un podio di talenti capaci di eccellere anche nel salto verticale: l'oro Baldé vanta 2,23, l'azzurro 2,17 e il bronzo Saraboyukov 2,28. "Vorrei essere sempre il migliore ma è stato un Mondiale di grande livello"

di Andrea Buongiovanni

Un podio così, in una gara di lungo maschile di una rassegna globale, non si era proprio mai visto. Il vincitore? Vanta un personale di 2,23 e cinque titoli nazionali. Il piazzato? Ha un primato di

2,17 e un oro agli Europei Under 18, vinto nel 2022. Il terzo? È arrivato fino a 2,28, addirittura, e conta un argento ai Mondiali Under 20, conquistato nello stesso 2022. Nessun errore. Nessun ab-

Gara mai vista fra specialisti che hanno doti per abbinare entrambi i salti

baglio. Nessuna confusione. Su quel podio - quello dei Mondiali indoor di Torun 2026 - sono saliti nell'ordine il portoghese Gerson Baldé, con 8,46 (miglior prestazione mondiale 2026), l'italiano Mattia Furlani, con 8,39 (proprio primato nazionale al coperto eguagliato) e il bulgaro Bozhidar Saraboyukov, con 8,31. A unirli un talento sconfinato che (appunto) si riflette nel salto in alto.

B e n -
c h é
t r a
l e
d u e
s p e -
c i a -
l i t à
l e
a f f i n i -
t à
n o n
m a n c h i -
n o,
n o n
è
c o s ì
s c o n -
t a -
t o
c h e
c h i
r i e -
s c e
a
e c c e l -
l e r e
i n
u n a
p o s -
s a
f a -
r -
l o
a n -
c h e
n e l -
l' a l -
t r a.
L o -
r o
c i
r i e -
s -
c o -
n o.

Medie super

Del resto, bastano i tre risultati polacchi per capire di che razza di atleti si stia parlando. Per chiarire: la media del vincitore, nelle tredici edizioni della rassegna iridata in sala disputate nel Millennio, è stata di 8,31, quella dei medagliati di 8,21 e quella dell'ottavo classificato di 7,83. Qui, già detto dell'8,46 necessario per conquistare l'oro, quinta prestazione di sempre nella manifestazione, la media dei primi tre è stata di 8,39 e l'ottavo, lo spagnolo Eusebio Caceres, è volato a 8,04. Il tutto rende la seconda piazza di Furlani ancor più apprezzabile. Soprattutto quando si considera

La media podio è stata di 8,39 contro l'8,21 nelle 13 edizioni del Millennio

che il poliziotto, la notte della vigilia, era stato poco bene. Mattia, campione a Nanchino 2025, ha sì abdicato, ma lo ha fatto in grande stile. A 21 anni, tra Olimpiadi, Mondiali ed Europei, all'aperto e al coperto, ha vinto la settima medaglia consecutiva, con due ori, quattro argenti e un bronzo. La sua puntualità negli appuntamenti che contano è disarmante. Non a caso, nonostante il mancato successo, è rimasto al numero uno del ranking mondiale della specialità.

Tre personali

Per riuscire nella nuova impresa ha dovuto eguagliare il personale assoluto, a questo punto ottenuto tre volte: all'aperto, vincendo i Mondiali di Tokyo, il 17 settembre 2025; al coperto, imponendosi al meeting di Metz, l'8 febbraio 2026 e piazzandosi secondo a Torun, il 22 marzo. Sulla sua strada, in Polonia, un atleta che, nella circostanza più importante, ha pescato un jolly. Baldé, 26enne portoghese dell'Algarve - nato ad Albufeira, vive a Lagoa - vantava già i propri migliori risultati internazionali al coperto, ottenuti nella scorsa stagione: quarto agli Europei di Apeldoorn e ottavo ai Mondiali di Nanchino, con il reatino d'argento e d'oro. Il bilancio degli scontri diretti, del resto, nonostante il ko, continua a parlare nettamente a favore dell'azzurro: 9-2, considerando che l'unico successo di Gerson risale a una qualificazione, quel-



Mattia FURLANI è nato il 7 febbraio 2005 a Marino (Roma), è cresciuto a Grottaferrata, ma risiede da anni a Rieti con la famiglia. Una famiglia a tutta atletica visto che papà Marcello è stato un saltatore in alto da 2,27 negli anni Ottanta e mamma Kathy (Seck) una velocista internazionale per il Senegal. Anche la sorella maggiore, Erika, è un'ottima altista (1,94 di personale, argento mondiale allieve nel 2013 e bronzo europeo U.23 nel 2017). Allenato dai genitori, dopo gli iniziali trascorsi nel basket, ha cominciato a mietere risultati da cadetto e poi è letteralmente esploso nel 2022, realizzando la doppietta alto-lungo sia ai tricolori allievi di Milano che agli Europei U.18 di Gerusalemme. L'anno dopo ha optato per il lungo, conquistando l'oro europeo U.20 e contribuendo allo storico trionfo azzurro nella Coppa Europa assoluta. Nel 2024 il filotto Mondiali indoor (argento), Europei all'aperto (argento) e Olimpiadi (bronzo). L'anno scorso l'esplosione definitiva con l'oro mondiale indoor e all'aperto e l'argento europeo al coperto. A Torun 2026 si è "fermato" all'argento iridato in sala. Vanta personali di 8,39 (sia all'aperto che indoor) nel lungo e 2,17 nell'alto. Si è diplomato al liceo scientifico sportivo, adora la Formula 1, ama il basket (è tifoso di Curry, star di Golden State) e la Roma. È fidanzato con Giulia, sprinter romana. Colleziona sneakers, lo affascina il giornalismo, ha la passione per i videogiochi (specie Fortnite) e colleziona orologi.

la degli Europei di Roma 2024 (8,10 a 7,95). Il ragazzo, prima del sesto e ultimo turno di salto, alla Torun Arena era quinto: nella sua serie un 8,17, un nullo, un 8,07, un altro nullo e un 8,19. Poi, il capolavoro: lasciando la miseria di 0,1 centimetri all'asse di battuta e incrementando il personale di 14. Un portoghese mai era arrivato a tanto. E un'unica volta, due atleti dello stesso Paese, si erano imposti nel lungo nella medesima edizione della rassegna: a Portland 2016, quando a primeggiare furono gli statunitensi Marquis Dendy e Brittney Reese. Sì, perché in campo femminile, poche ore prima di Baldé, precedendo Larissa Iapichino, sulla stessa pedana aveva vinto Agate De Sousa, 25enne di Sao Tomè e Principe, naturalizzata portoghese dal 2023.

Salto in alto

Si diceva dell'alto: Gerson è tuttora un frequentatore della specialità, almeno quando c'è da rappresentare il proprio club, ai Societari portoghesi o il proprio Paese, come accaduto nel luglio scorso agli Europei a squadre di Madrid, superando l'asticella posta a 2,14. Ancor più clamoroso, in questo senso, il caso di Saraboyukov. Il 21enne bulgaro non solo porta avanti i due salti contemporanea-

mente, ma il 1° marzo, ai campionati nazionali indoor di Sofia, nel giro di poche ore, è arrivato a 2,28 in un caso e a 8,12 nell'altro. E per gradire, il giorno prima, a 16,61 nel triplo. Pure il computo di questi scontri diretti, comunque, premia Furlani: 12-3.

7 medaglie

Grazie all'argento nel salto in lungo conquistato a Torun, Mattia Furlani ha allungato a sette la sua serie di medaglie nelle grandi manifestazioni. Tra Olimpiadi, Mondiali ed Europei, all'aperto e al coperto, in questa sequenza ha messo insieme due ori, quattro argenti e un bronzo. A soli 21 anni.

Mattia con 8,39 ha eguagliato il personale già ottenuto indoor e all'aperto

Ma Bozhidar, con quella sua strana azione di corsa, è 2-0 nell'alto: grazie ai Mondiali under 20 di Cali 2022, dove fece meglio in qualificazione (2° e 4°) e in finale (2° e 8° con 2,10 e 2,05).

Lungo stop

E dire che Mattia, a Torun, era al ritorno alle gare dopo 45 giorni anche per via di una pesante influenza smaltita piuttosto lentamente. Non bastasse, come ricordato, la notte della vigilia ha dovuto fare i conti con un



Il podio del lungo maschile

“Nel salto decisivo ho lasciato troppo alla pedana. Poteva scaturire anche un 8,50”

paio di attacchi di vomito. “Sono contento - ha commentato - le ultime non sono state settimane facili. In più l’indisposizione improvvisa, credo causata da qualcosa che ho mangiato: l’organizzazione, qui, è stata rivedibile. In questi mesi abbiamo però svolto un ottimo lavoro, anche se tanto resta da fare: allo stacco, nella chiusura. Avrei voluto difendere il titolo conquistato un anno fa a Nanchino, inutile nascondere. Ma ogni gara fa storia a sé. E se sul tentativo a 8,39 non avessi concesso dieci centimetri alla pedana, sarebbe scaturito un 8,50”. Mattia (un 8,16, un 8,25, un nullo e un 8,23) ha viaggiato a lungo in terza posizione. Con Saraboyukov a 8,31 e il sorprendente cubano Jorge Hodelin a 8,26. Ma l’azzurro, al quinto turno, quello che a Tokyo gli ha regalato il titolo iridato all’aperto, è tornato Superman. E con 8,39, per qualche minuto, ha guardato tutti dall’alto al basso. Fino al numero di Baldé. “Vorrei essere sempre il migliore - ha ammesso - ma sono sulla strada giusta, devo continuare così. Questa gara è stata di alto livello: forse avrei dovuto crederci di più, ma i problemi fisici mi hanno un po’ limitato mentalmente”.

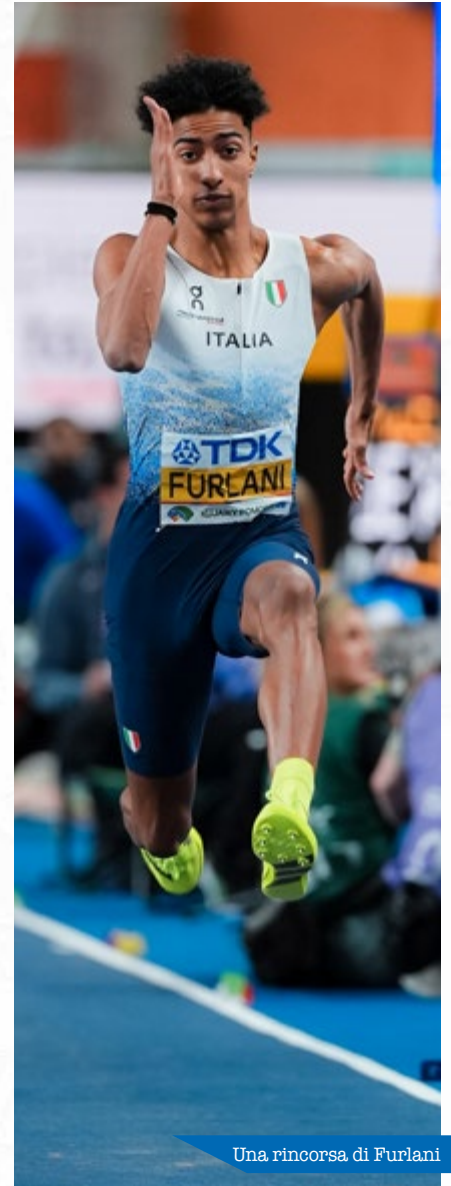
“Volevo difendere il titolo iridato ma ho pagato il mal di stomaco della vigilia”

Stagione indoor

La sua stagione indoor, in ogni caso, parla chiaro: 8,33 a Parigi il 23 gennaio, 8,30 a Ostrava il 3 febbraio, poi l’8,39 di Metz e quello di Torun. Media di 8,35, con tre vittorie e un secondo posto. Dopo una prima metà di aprile trascorsa in raduno di nuovo a Tenerife, arriverci a Shanghai, il 16 maggio, in Diamond League. La rincorsa di Mattia, con l’8,47 del record italiano di Andrew Howe sempre nel mirino, ripartirà dalla Cina.



Mattia a Torun con mamma Khaty



Una rincorsa di Furlani



L’azzurro nella sabbia



NUOVA IAPICHINO

un salto in più

La finale di Torun non ha regalato a Larissa “solo” il primo argento mondiale, ma anche la conferma di una accresciuta maturità.

“Sono uscita da sola da una situazione molto complicata”

di **Andrea Schiavon**

Il salto è andare oltre e Larissa Iapichino lo sa fare sempre meglio. Il dibattito dopo l'eliminazione in qualifica ai Mondiali di Tokyo è stato pesante, aspro e doloroso, ma lei è riuscita a elaborare quell'esperienza senza farsi travolgere dalle polemiche, restando ancorata ai propri punti fermi e lavorando per far funzionare quello che in Giappone si era inceppato.

È nata così una stagione 2026 iniziata con il suo miglior debutto di sempre (6,93), proseguita con il primo podio mondiale e destinata a portarla a vivere un nuovo Europeo formato famiglia. Dopo Roma 2024 anche a Birmingham per lei sarà come sentirsi a casa. “Allo stadio ci sarà tutta la famiglia da parte di mamma - racconta Larissa, cresciuta bilingue e capace di passare con

“Il punto di svolta è stato il Mondiale di Tokyo: non ho mai dimenticato quell'esperienza”



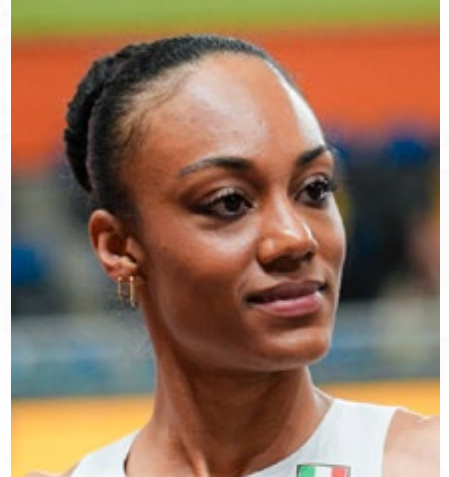
Una curiosa espressione di Larissa

agilità dall'accento fiorentino a quello londinese - Mi aspetto un'atmosfera straordinaria perché in Inghilterra l'atletica è davvero amata e popolare”.

Svolta

In Italia l'entusiasmo per quello che succede in pista sta crescendo di anno in anno. L'effetto-Tokyo 2020 (in realtà 2021...) ha portato a un rinascimento di cui Larissa è l'incarnazione e i Mondiali di Torun sono stati un'ulteriore tappa fondamentale a livello di squadra e individuale: le cinque medaglie conquistate in Polonia hanno segnato un altro record della nuova atletica italiana e l'argento di Iapichino l'ha proiettata da protagonista sulla scena globale.

Papà Iapichino:
 “La chiave è stata migliorare la sua capacità di risolvere problemi e imprevisti”



Larissa IAPICHINO è nata a Bagno a Ripoli (FI) il 18 luglio 2002. È figlia di Fiona May, primatista italiana (7,11) e due volte iridata del lungo, e Gianni Iapichino, ex azzurro e recordman dell'asta (5,70). Ha cominciato con la ginnastica artistica, ma a 13 anni ha optato per l'atletica dopo aver assistito con la madre al meeting di Montecarlo. Prove multiple, ostacoli, salto in lungo. Solo nel 2020, dopo aver vinto da allieva l'oro europeo juniores a Borås (2019), ha scelto definitivamente il salto. L'esplosione agli Assoluti indoor di Ancona (2021), quando con 6,91 eguagliò il record italiano al coperto di mamma Fiona e stabilì il primato mondiale U.20. Prima dell'argento ai Mondiali indoor di Torun, ha conquistato a livello europeo l'oro al coperto di Apeldoorn (2025), l'argento indoor a Istanbul (2023; con il personale portato a 6,97), l'oro U.23 a Espoo (2023) e l'argento all'aperto a Roma (2024). È stata quinta ai Mondiali di Budapest (2023) e quarta all'Olimpiade di Parigi (2024). Ha vinto la Coppa Europa nel 2023 e 2025 e la Diamond League nel 2024 e 2025. Vanta un 7,06 all'aperto (seconda italiana di sempre dopo la madre) e personali di 12"26 sui 100 e 7"45 sui 60). Cresciuta tecnicamente da Gianni Ceconi, dal giugno 2021 è allenata dal padre. Iscritta a Giurisprudenza, tifosa della Fiorentina, appassionata di moda, gioca a golf, ascolta The Weeknd e segue le serie su Netflix. Ha una sorellina: Anastasia.

Papà Iapichino e Larissa dopo la gara (foto Chiara Montesano)





Il podio del lungo femminile con la mascotte Goosia.

“Quello che mi è piaciuto di più della gara di Torun è che sono riuscita a venire fuori da sola da una situazione che si stava facendo molto complicata” racconta, ricordando la sequenza di salti che l’ha portata sul podio. Dopo quattro tentativi il suo miglior salto era 6,66, una misura che valeva il sesto posto provvisorio: senza un miglioramento, la sua gara sarebbe finita lì perché il regolamento limita il sesto salto alle prime sei atlete in classifica. Ed è a quel punto che la finale di Larissa è cambiata: 6,84 e primo posto fino a che non è toccato ad Agata de Sousa, che ha risposto con 6,92. Il 6,87 finale di Larissa è stato la chiusura in crescendo che è suonata come una conferma.

Ma cosa è cambiato tra il quarto e il quinto salto? Il timore di un déjà vu è stato spazzato via. L’incubo di un’altra gara globale

senza medaglia è stato interrotto con una reazione da campionessa. “Il punto di svolta per me è stato il Mondiale di Tokyo: in tutti i mesi di preparazione invernale non ho mai smesso di pensarci. Mi capitava di fare sedute di tecnica in cui con nove passi mi venivano sempre salti più lunghi di quelli fatti in Giappone... (dove con 6,56 è stata eliminata in qualificazione; ndr). Allora ho cercato di non dimenticare quell’esperienza, rileggendola in maniera costruttiva, senza pesantezza: il passato è passato, ma ricordare aiuta a realizzare qualcosa di migliore”.

“Il suo obiettivo adesso è ripetersi oltre i sette metri e farlo nelle gare che contano di più”

Comfort zone

L’elaborazione del Mondiale all’aperto è stata un lavoro di squadra. “Anch’io mi sono messo in discussione, cercando di capire cosa cambiare - spiega Gianni Lapichino, nel duplice ruolo di padre e di allenatore - Da un lato Larissa stava benissimo, dall’altro non era riuscita a esprimersi. La chiave l’abbiamo trovata nel migliorare la sua capacità di risolvere problemi e imprevisti che inevitabilmente si presentano in gara. Il lavoro con mental coach e psicologi fatto in passato è certamente stato utile, ma si era creata una sorta di comfort zone che impediva a Larissa di venire fuori da sola dalle diverse situazioni che si creano nel corso di una gara”.

Nonostante la delusione e l’amarrezza, una cosa non è mai stata in discussione: il binomio atle-

ta-tecnico. "Sono stata inondata di critiche sterili e di chiacchiere da bar - commenta Larissa - ma ho imparato a essere sorda al rumore di fondo".

Nel silenzio Larissa ha trovato le risposte che cercava e le ha tradotte in una stagione al coperto vissuta come mai prima: nelle cinque gare disputate ha raggiunto una media di 6,82, la sua migliore di sempre indoor.

Sette metri

Queste sono le premesse per proiettarsi in una stagione all'aperto scandita dalle tappe della Diamond League, partendo dalla Cina, a Shanghai, per arrivare a chiudere l'anno in Ungheria, nello stadio di Budapest che ospiterà l'Ultimate Championships, il nuovo evento fortemente voluto da World Athletics. E lì ci sarà l'occasione per sfidare Tara Davis-Woodhall, la campionessa olimpica e mondiale. Per lottare alla pari con la statunitense nel corso del 2026 Larissa dovrà prendere sempre maggior confidenza con i sette metri, misura che ha superato per la prima e unica volta nella scorsa stagione (7,06 a Palermo). Davis-Woodhall ha un primato di 7,18 ma, soprattutto, dal 2021 in poi ha sempre chiuso ogni annata oltre i sette metri.

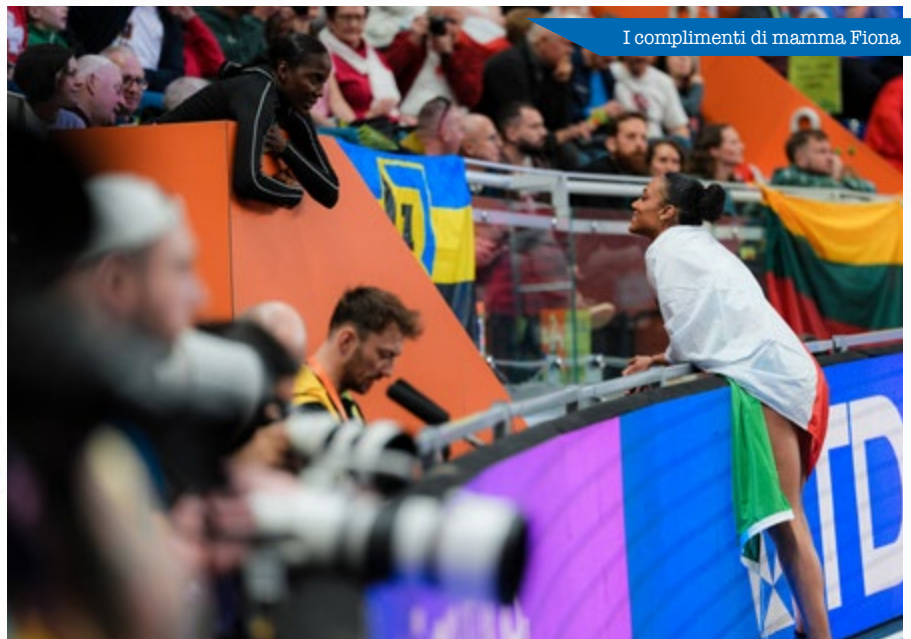
"L'obiettivo di Larissa per quest'anno non è solo ripetersi oltre quel limite - conferma coach Iapichino - ma anche riuscire a farlo nelle gare che contano di più".

Le avversarie per stimolarla del resto non mancheranno anche in Europa, come ha confermato il duello a Torun con de Sousa. "Oltre a lei penso alla francese Hilary Kpatcha, che in Polonia non c'era, alla svizzera Annik Kälin e,

"Il suo obiettivo adesso è ripetersi oltre i sette metri e farlo nelle gare che contano di più"

se si riprenderà dagli infortuni, può essere pericolosa anche la bulgara Plamena Mitkova - ana-

lizza Larissa - Guardando al mondo ci sono naturalmente Natalia Linares e Jasmine Moore. Dopo anni in cui Malaika Mihambo e Ivana Spanovic hanno dominato, sta emergendo una nuova generazione di saltatrici". E Diamond League, Europei, Ultimate Championships sono i palcoscenici che ci diranno chi sarà la prossima numero uno.



I complimenti di mamma Fiona



Atterraggio morbido

La sorpresa Jordan Anthony vince i 60

SÌ, L'ITALIA ha imparato a volare

“Mai dire mai” con gli azzurri: anche a Torun, con tre ori e due argenti, riscritti tutti i record della manifestazione, tenendo la vetta del medagliere dopo la seconda giornata. Dietro ai medagliati fanno ben sperare i progressi della Coiro e la crescita della Doualla

di Fausto Narducci

Lo dice Nadia Battocletti dopo aver allargato il suo terreno di conquista: “Faccio la strada, i cross, le outdoor e le indoor. Fra poco mi metto anche a nuotare”. E perché non a volare allora, come ha fatto ancora una volta questa Italia senza limiti che, sull'abbrivio dell'Olimpiade di Tokyo, ci ha fatto perfino stropicciare gli occhi guardando dall'alto in basso il resto del mondo dopo la seconda giornata. Alla fine nel medagliere ci hanno scavalcati

solo Usa e Gran Bretagna, ma solo la corazzata americana come numero di ori. Torniamo a casa dai Mondiali indoor di Torun con tre ori e due argenti che sono parenti stretti dei cinque ori olimpici del 2021. Con un aspetto non secondario: nessuno dei protagonisti di quelle cinque vittorie olimpiche era presente in Polonia, eppure ci sono stati cinque campioni o vice-campioni pronti a subentrare e a riempire le pagine dei giornali.

Notte in vetta
al medagliere
prima che Usa
e Gran Bretagna
ci superassero

Eloisa Coiro
è cresciuta
sugli 800

Il giuramento di Kelly Doualla



LA CLASSIFICA A PUNTI

Nazione	punti
USA	164
Polonia	58
Olanda	54
Giamaica	52
Gran Bretagna	49
ITALIA	49
Australia	43
Spagna	39
Svezia	36
Francia	31

Per l'Italia è la prima volta con tre ori e cinque podi nella rassegna.

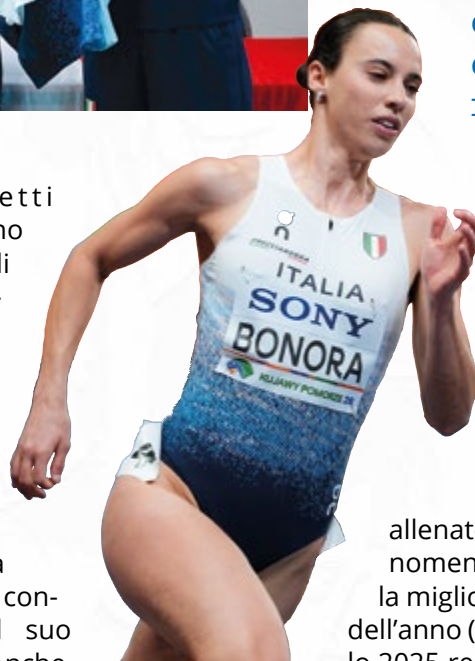
I particolari in cronaca sono noti: mai avevamo vinto tre ori ai Mondiali indoor e all'aperto, mai avevamo vinto cinque medaglie ai Mondiali indoor, mai eravamo finiti terzi nel medagliere e secondi come numero di podi.

Il quinto posto nella classifica a punti (49; dietro Usa, Polonia, Olanda e Giamaica e alla pari con la Gran Bretagna) conferma anche la tenuta di squadra, ma è evidente che sono stati proprio i risultati di vertice a fare la differenza rispetto alle nazioni di punta. In un mondo atletico che al coperto muta e registra crolli clamorosi (a secco Kenya ed Etiopia, ex dominatori del mezzofondo, un solo bronzo per la Francia) l'Italia è la costante virtuosa, capace di aggiornare i suoi record storici in quasi tutte le manifestazioni internazionali (mondiali e continentali) delle ultime cinque stagioni, Europei a squadre compresi.

Vigilie agitate

Le cinque medaglie sono accomunate da tanti fattori, come se non si procedesse mai da soli. Diaz e

Battocletti non erano sicuri di partecipare: il primo ha convinto il suo allenatore, la seconda è stata convinta dal suo staff. Anche le sicurezze di Furlani sono state messe in dubbio da una notte agitata. La 23enne lapichino ha cambiato marcia quando è stata "svegliata" dal suo padre-allenatore Gianni Iapichino, ripetendo a 29 anni di distanza l'oro di mamma Fiona May a Parigi '97 con la sua prima medaglia globale (argento). Solo Zaynab Dossou ha avuto un percorso lineare, ma aveva vissuto nel passato le sue scosse: la fitta al piede che le aveva impedito di giocare le sue carte in semifinale ai Mondiali di Tokyo dopo la "miglior batteria della sua vita", perfino una intossicazione alimentare alla vigilia



Alessandra Bonora tra le note positive

del titolo tricolore di Ancona e una caduta dalle scale senza conseguenze a una settimana dalla partenza. Ma liberata dalle zavorre ha imparato a correre "libera" secondo gli insegnamenti del suo allenatore Giorgio Frinolli. Fenomenale Andy Diaz, che con la miglior prestazione mondiale dell'anno (17,47) ha ripetuto il titolo 2025 realizzando il primo "back to back" nella specialità dal 2004 (lo svedese Christian Olsson). In 21 edizioni solo Genny Di Napoli aveva collezionato due ori iridati, anche lui consecutivi, nel '93 e nel '95, sui 3000.

Gli altri

Un'Italia curiosamente senza piazzamenti dal terzo al sesto posto, un record anche questo, come se ci fossero stati due livelli ben distinti. Oltre alla Gerevini (con 4522 punti ha chiuso a 37 dal suo record italiano del 2024 a Glasgow, dove era stata quarta), i settimi posti sono arrivati da Federico Riva (1500), Andrea Dallavalle



CRONOLOGIA RECORD MONDIALE EPTATHLON INDOOR MASCHILE

6273	Plaziat (Fra)	Nogent s/Oise (Fra)	11.2.1990
6289	Plaziat (Fra)	Nogent s/Oise (Fra)	2.2.1992
6418	Plaziat (Fra)	Genova	29.2.1992
6476	O'Brien (Usa)	Toronto (Can)	14.3.1993
6499	Eaton (Usa)	Fayetteville (Usa)	13.3.2010
6568	Eaton (Usa)	Tallinn (Est)	6.2.2011
6645	Eaton (Usa)	Istanbul (Tur)	10.3.2012
6670	Ehammer (Svi)	Torun (Pol)	21.3.2026

CRONOLOGIA RECORD DEL MONDO DEI 60 HS INDOOR FEMMINILI

7"73	Oschkenat (Gdr)	Vienna (Aut)	25.2.1989
7"71	Narozhilenko (Urs)	Chelyabinsk (Urs)	4.2.1990
7"69	Narozhilenko (Urs)	Chelyabinsk (Urs)	4.2.1990
7"68	Kallur (Sve)	Karlsruhe (Ger)	10.2.2008
7"67	Charlton (Bah)	New York (Usa)	11.2.2024
7"67	T. Jones (Usa)	Albuquerque (Usa)	16.2.2024
7"65	Charlton (Bah)	Glasgow (Gbr)	3.3.2024
7"65	Charlton (Bah)	Torun (Pol)	22.3.2026

(triplo) e Leonardo Fabbri (peso), che sembravano far presagire qualcosa di meglio. Ai fini della "placing table" (ricalcolata con i piazzamenti dietro alle finali a sei) va aggiunto anche il settimo posto di Eloisa Coiro che, nonostante la febbre dalla vigilia, negli 800 ha mancato la finale con il quarto tempo assoluto in semifinale, stabilendo in 1'59"33 il personale a otto centesimi dal record italiano. Lorenzo Simonelli (ottavo) ha avuto comunque il merito di superare la semifinale con la solita grinta come ultimo dei ripescati (7"53), prima del recupero del francese le

Roux, e in finale si è migliorato di un centesimo. Spiace per Fabbri, che alla fine ha riconosciuto la sua scarsa attitudine per le gare indoor (solo un bronzo iridato, a Glasgow 2024) e si porta dietro uno strascico di polemiche. In finale (ma poi solo nona) nei 1500 anche Ludovica Cavalli, che in batteria è stata "chirurgica" nell'acciuffare la terza piazza utile. Brava anche Alessandra Bonora, che è uscita di scena in batteria ma è diventata la quinta italiana "all time" nei 400 con 52"20. E bene si è comportata la più giovane italiana di sempre nella rassegna, Kelly Doualla,

Al settimo posto delusione Fabbri ma cresce Eloisa che negli 800 sfiora il primato

che a 16 anni nella corsia di fianco alla Alfred si è guadagnata la semifinale dei 60 in 7"27 prima di uscire di scena con 7"36.

RISULTATI

UOMINI

60: 1. Anthony (Usa) 6.41, 2. Thompson (Jam) 6.45, 3. Bromell (Usa) 6.45, 4. Azu (Gbr) 6.46, 5. Eseme (Cmr) 6.58, 6. Burnet (Ola) 6.61, 7. Levell (Jam) 7.69, rit. Verherstraeten (Bel). **Semifinali (s1)** 8. Randazzo 6.66 (el); **(s2)** 5. Ceccarelli 6.61 (el). **Batterie (b1)** 3. Ceccarelli 6.62 (q); **(b5)** 3. Randazzo 6.63 (q).

400 (finale 1) 1. Robinson (Usa) 45.55, 2. Molnar (Ung) 45.71, 3. Lima (Bra) 46.17, 4. Tinega (Ken) 46.62; **(finale 2)** 1. Morales Williams (Can) 44.76, 2. McRae (Usa) 45.03, 3. Richards (Tri) 45.39, 4. Horak (Cec) 45.70. **podio** 1. Morales Williams (Can) 44.76, 2. McRae (Usa) 45.03, 3. Richards (Tri) 45.39.

800: 1. Lutkenhaus (Usa) 1:44.24, 2. Crestan (Bel) 1:44.38, 3. Attaoui (Spa) 1:44.66, 4. Bol (Aus) 1:45.14, 5. Bloudek (Cro) 1:45.31, 6. Clay (Jap) 1:45.42.

1500: 1. Garcia (Spa) 3:39.63, 2. Nader (Por) 3:40.06, 3. Spencer (Aus) 3:40.26, 4. Pihlstrom (Sve) 3:40.59, 5. Chapple (Ola) 3:40.59, 6. Green (Usa) 3:40.78, 7. F. RIVA 3:40.98, 8. Saez (Spa) 3:42.46. **Batterie (b1)** 1. F. Riva 3:40.52 (q); **(b3)** 8. Arese 3:40.91 (el).

3000: 1. Kerr (Gbr) 7:35.56, 2. Hocker (Usa) 7:35.70, 3. Schrub (Fra) 7:35.71, 4. Krop (Ken) 7:36.76, 5. Nuguse (Usa) 7:37.08, 6. Soca (Uru) 7:37.10, 7. Munnik (Saf) 7:37.94, 8. Yihune (Eti) 7:38.60.

60 hs: 1. Szymanski (Pol) 7.40, 2. Ulopis (Spa) 7.42, 3. Cunningham (Usa) 7.43, 4. Prince (Jam) 7.43, 5. Belocian (Fra) 7.45, 6. Nomoto (Jap) 7.49, 7. Le Roux (Saf) 7.51, 8. SIMONELLI 7.52. **Semifinali (s1)** 3. Simonelli 7.53 (q). **Batterie (b1)** 2. Simonelli 7.65 (q); **(b3)** 6. Mulas 7.77 (el).

Alto: 1. Doroshchuk (Ucr) 2.30, 2. Portillo (Mes) 2.30, 3. Richards (Jam) e Woo (Cds) 2.26, 5. Shinno (Jap) 2.26, 6. Stefela (Cec) 2.26, 7. Kolodziejski (Pol) 2.22, 8. Merlos (Gre) 2.22, 11. FALOCCHI 2.17.

Asta: 1. Duplantis (Sve) 6.25, 2. Karalis (Gre) 6.05, 3. Marshall (Aus) 6.00, 4. Guttormsen (Nor) 5.95, 5. Bradford (Usa) 5.95, 6. Thiery (Fra) 5.85, 7. Vloon (Ola) 5.85, 8. Collet (Fra) 5.85.

Lungo: 1. Balde (Por) 8.46, 2. FURLANI 8.39 (pp-), 3. Sarabayukov (Bul) 8.31, 4. Hodelin (Cub) 8.26, 5. Davis (Usa) 8.21, 6. Tentoglu (Gre) 8.19, 7. Gayle (Jam) 8.12, 8. Caceres 8.04.

Triplo: 1. DIAZ 17.47, 2. Scott (Jam) 17.33, 3. Triki (Alg) 17.30, 4. Mar-

tinez (Cub) 17.14, 5. Seremes (Fra) 16.93, 6. Das Santos (Bra) 16.92, 7. DALLAVALLE 16.90, 8. Faye (Sen) 16.76.

Peso: 1. Walsh (Nzl) 21.82, 2. Geist (Usa) 21.64, 3. Steen (Usa) 21.49, 4. Lincoln (Gbr) 21.13, 5. Petersson (Sve) 21.12, 6. Awotunde (Usa) 20.96, 7. FABBRI 20.92, 8. Bukowiecki (Pol) 20.62, 9. PONZIO 20.37.

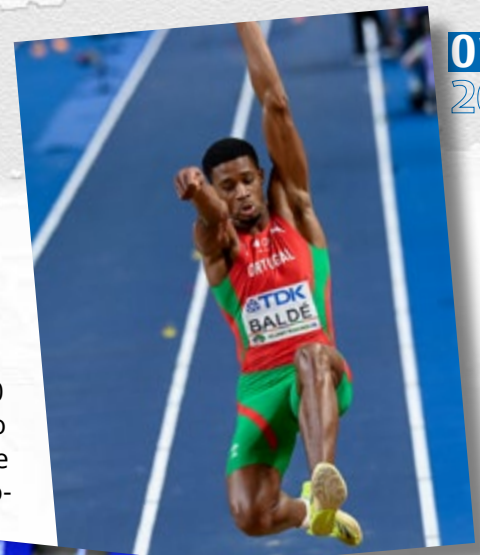
4x400: 1. Usa (J. Robinson, C. Robinson, D. Smith, McRae) 3:01.52, 2. Belgia 3:03.29, 3. Giamaica 3:05.99, 4. Olanda 3:06.05, 5. Portogallo 3:08.34, 6. Ungheria 3:09.51.

Eptathlon: 1. Ehammer (Svi) 6670 pt (RM) (6.69/60, 8.15/lungo, 14.87/peso, 2.02/alto, 7.52/60hs, 5.30/asta, 2:41.04/1000), 2. Baldwin (Usa) 6337, 3. Garland (Usa) 6245, 4. Strasky (Cec) 6188, 5. Hauttekeete (Bel) 6049, 6. Bastien (Fra) 6004, 7. Tesselaar (Ola) 5960, 8. Roosleht (Est) 5952, rit. DESTER (6.93/60, 7.05/lungo, 14.87pp/peso).

DONNE

60: 1. DOSSO 7.00, 2. Sears (Usa) 7.03, 3. Alfred (Lca) 7.03, 4. Ly-

Il portoghese
Baldé beffa
Furlani



Simon
Ehammer



Yaroslava
Mahuchikh
ancora d'oro

Il mondo

I Mondiali indoor Kujawy Pomorze 26 (questa la denominazione ufficiale in riferimento alla Cuavia-Pomerania, uno dei 16 voivodati della Polonia) hanno raccolto il record di spettatori per la rassegna (49.516 complessivi contro i 49.328 di Belgrado 2022), in vista delle prossime edizioni già assegnate a Bhubaneswar (India) nel 2028 e ad Astana (Kazakistan) con la nuova denominazione di Mondiali su pista corta, quindi possibili anche all'aperto su anello di 200 metri. Due sono stati i Mondiali migliorati a Torun: uno dallo svizzero Simon Ehammer, già oro 2024, nell'epitathlon con 6670 punti che, con un record parziale di 7"52 nei 60 hs, ha migliorato di 25 punti il precedente dell'americano Ashton Eaton nel 2022; l'altro dalla bahamense Devynne Charlton, che con 7"65 ha eguagliato il suo primato dei 60 hs diventando la prima a vincere tre titoli nella specialità. Complessivamente sono stati sei i record dei campionati fra cui il 6,25 di Armand Duplantis al nono titolo globale nell'asta (due Olimpici, tre all'aperto e quattro consecutivi al coperto).

Ma ancora più significativo è il

numero delle nazioni nel medagliere (16 con l'oro e 32 sul podio) e quelle nella "placing table" (50). Lo spagnolo Mariano Garcia col titolo dei 1500 dopo quello degli 800 nel 2022 è diventato il primo a vincere l'oro indoor sulle due distanze del mezzofondo veloce mentre il neozelandese Tom Walsh primo nel peso ha portato a sette le medaglie nella specialità ai Mondiali indoor. Ma forse l'impresa più eclatante è stata quella del 21enne americano Jordan Anthony, che ha vinto i 60 con la migliore prestazione dell'anno (6"41) battendo fenomeni come Kishane Thompson, Trayvon Bromell e Jeremiah Azu. Resta il rammarico che, con le nostre piste indoor attuali, non potremo mai organizzare una rassegna che ci vede sempre più protagonisti.

Record mondiale per Ehammer e la Charlton Nei 60 sfreccia il baby Anthony

RISULTATI

ston (Jam) 7.05, 5. J. Smith (Jam) 7.06, 6. Swoboda (Pol) 7.07, 7. Asher-Smith (Gbr) 7.07, 8. Van der Weken (Lus) 7.10. **Semifinali (s1)** 8. Doualla 7.36; **(s2)** 1. Dossa 7.00 (q). **Batterie (b1)** 1. Dossa 7.07 (q); **(b4)** 3. Doualla 7.27 (q).

400 (finale 1) 1. Bukowiecka (Pol) 50.83, 2. Klaver (Ola) 51.02, 3. Hervas (Spa) 51.43, 4. Sherar (Can) 51.74; **(finale 2)** 1. Manuel (Cec) 50.76, 2. Venlugh (Hai) 51.07, 3. Oketch (Ken) 51.25, 4. Jaeger (Nor) 51.50. Podio: 1. Manuel (Cec) 50.76, 2. Bukowiecka (Pol) 50.83, 3. Klaver (Ola) 51.02. **Batterie (b1)** 3. Bonora 52.20 (pp/el).

800: 1. Hodgkinson (Gbr) 1:55.30, 2. Werro (Svi) 1:56.64, 3. Wiley (Usa) 1:58.36, 4. Getachew (Eti) 1:59.73, 5. Kitching (Aus) 2:00.50, 6. Liberman (Fra) 2:03.30. **Semifinali (s2)** 3. Cairo 1:59.33 (pp/el). **Batterie (b5)** 4. Pellicoro 2:01.99 (el); **(b6)** 1. Cairo 1:59.87 (q).

1500: 1. Hunter Bell (Gbr) 3:58.53, 2. Hull (Aus) 3:59.45, 3. Hiltz (Usa) 3:59.68, 4. Guillemot (Fra) 3:59.71, 5. Haylom (Eti) 4:01.34, 6. Kazimierska (Pol) 4:02.80, 7. Morris (Usa) 4:03.75, 8. Ejore-Sanders (Ken) 4:04.05, 9. CAVALLI 4:10.10. **Batterie (b1)** 3. Cavalli 4:16.45 (q); **(b3)** 5. Zenoni 4:13.17 (el).

3000: 1. BATTOCLETTI 8:57.64, 2. Mackay (Usa) 8:58.12, 3. Hull (Aus) 8:58.18, 4. Baweke (Eti) 9:00.26, 5. Ayyildiz (Tur) 9:02.11, 6. Hailu (Eti) 9:02.41, 7. Sjoberg (Sve) 9:03.57, 8. Snowden (Gbr) 9:03.79, 11. MAJORI 9:04.39.

60 hs: 1. Charlton (Bah) 7.65 (RM), 2. Visser (Ola) 7.73, 3. Skrzyszowska (Pol) 7.73, 4. D. Kambundji (Svi) 7.75, 5. Simmonds (Jam) 7.82, 6. Armstrong (Usa) 7.85, 7. Cartwright (Bah) e Meier (Ger) 7.90. **Batterie (b1)** 6. Di Lazzaro 8.10 (el); **(b6)** 5. Carmassi 8.05 (el).

Alto: 1. Mahuchikh (Ucr) 2.01, 2. Olyslagers (Aus), Topic (Ser) e Levchenko (Ucr) 1.99, 5. Zodzic (Pol) 1.93, 6. Ekman (Sve) 1.93, 7. Patterson (Aus) 1.93, 8. Onnen (Ger) 1.89.

Asta: 1. Caudery (Gbr) 4.85, 2. Sutej (Slo) 4.80, 3. Svabikova (Cec), Ayris (Nzl) e Moser (Svi) 4.70, 6. McCartney (Nzl) 4.70, 7. De Menis Campos (Bra) e Bonnin (Fra) 4.70.

Lungo: 1. De Sousa (Par) 6.92, 2. IAPICHINO 6.87, 3. Linares (Col) 6.80, 4. Sagnia (Sve) 6.78, 5. Robinson (Jam) 6.75, 6. Verman (Rom) 6.72, 7. Moore 6.70, 8. Nichols (Usa) 6.66.

Tripla: 1. Perez (Cub) 14.95, 2. Rojas (Ven) 14.86, 3. Sarr (Sen)

14.70, 4. Povea (Cub) 14.41, 5. Lafond (Dma) 14.38, 6. Spanovic (Ser) 14.35, 7. Moore (Usa) 14.33, 8. Nacheva (Bul) 14.05.

Peso: 1. Jackson (Usa) 20.14, 2. Mitton (Can) 19.78, 3. Johansson (Sve) 19.75, 4. Schilder (Ola) 19.63, 5. Ogunleye (Ger) 19.46, 6. Roos (Sve) 18.96, 7. A. Smith (Usa) 18.86, 8. Dongmo (Par) 18.82.

4x400: 1. Usa (Lear, Effiong, Peoples, Little) 3:25.81, 2. Olanda 3:26.00, 3. Spagna 3:26.04, 4. Polonia 3:26.17, 5. Gran Bretagna 3:28.09, 6. Slovacchia 3:32.77.

Pentathlon: 1. Dokter (Ola) 4888 pt (8.19/60hs, 1.87/alto, 13.92/peso, 6.52/lungo, 2:12.27/800), 2. Hall (Usa) 4860, 3. O'Connor (Irl) 4839, 4. Sulek-Schubert (Pol) 4638, 5. Szucs (Ung) 4618, 6. Ligarska (Pol) 4557, 7. GEREVINI 4522 (8.25/60hs, 1.72/alto, 13.10/peso, 6.15/lungo, 2:11.69/800), 8. Sprengel (Ger) 4475.

MISTA

4x400: 1. Belgio (Saccor, Hanssens, Watrin, Ponette) 3:15.60, 2. Spagna 3:16.96, 3. Polonia 2:17.44, 4. Olanda 3:20.14, 5. Usa 3:21.35, squal. Giamaica.

Fotoservizio Wanda, Diamond League



USAIN...LYLES UNO SHOWMAN AL GOLDEN GALA



Il più forte sono io

Quando l'atletica credeva di aver perso il fascino "generalista" di Bolt, è esploso l'americano, olimpionico sui 100 a Parigi 2024. Dai manga alla moda, al suo rapporto con il pubblico: il re dello sprint si prepara a infiammare Roma

di Giacomo Rossetti

A Roma per la propria amante? No, Noah Lyles non torna nella Città Eterna il prossimo 4 giugno per alcuna scappatella, bensì per la gara, i 100 metri del Golden Gala Pietro Mennea, che lui stesso ha definito la sua "sidechick" (letteralmente, ragazza di riserva, brutto termine ma che arriva dritto al sodo). Sportivamente parlando, malgrado il titolo olimpico di Parigi 2024, la "moglie" del fenomeno made in Usa è infatti un'altra gara, i 200, di cui ha vinto quattro volte il titolo mondiale. Ai fanatici italiani della velocità importa poco di amanti e mogli varie: avere nella gara regina l'uomo

più frizzante dell'atletica mondiale non ha prezzo. Per tante ragioni.

Magnetismo

Quando si temeva che con l'addio di Usain Bolt il track and field potesse perdere fascino per il pubblico generalista, a prendere il posto del Fulmine giamaicano (con ottimi risultati) è arrivato il ragazzo nativo di Gainesville, Florida. Perché Lyles è come un magnete: attrae. Non è necessario essere degli esperti di atletica per incappare sul web in uno dei tanti contenuti virali con lui protagonista, a dimostrazione

Noah ai Giochi
vinse e mimò
la Kamehameha,
l'onda d'energia
del guerriero Goku

Il suo nomignolo Instagram rimanda a Gojo Satoru, guru di occultismo di un altro manga

della fama trasversale (quella che hanno solo i grandi) raggiunta dal classe 1997.

Eroe da fumetto

Essere un sincero appassionato di manga lo ha aiutato a intercettare l'attenzione di milioni di giovani accomunati dalla stessa passione: quando ai Giochi 2024 Noah vinse l'oro nei 100 ed esultò mimando la Kamehameha - la leggendaria onda energetica di Goku, il protagonista di Dragon Ball - tantissimi e tantissime "otaku" (termine che in giapponese si può tradurre con "nerd") si resero conto di aver trovato un nuovo eroe. Lyles, che ha lo spettacolo nel sangue, non si è fatto pregare per altri tributi ai fumetti giapponesi: dopo quella vittoria twittò "Omae wa-mou shinde iru", ossia "Tu sei già morto", la frase-simbolo di Ken il Guerriero (al tweet gli rispose complimentandosi lo stesso Tetsuo Hara, creatore del manga). Sempre a Parigi 2024, ai blocchi di partenza della finale dei 200, dove fu bronzo, Noah aveva catturato l'attenzione delle telecamere facendo con le dita il gesto di Gojo Satoru, lo stregone insegnante di arti occulte di Jujutsu Kaisen: personaggio grondante carisma come Noah, e che alla pari dello sprinter statunitense si autodefinisce "il più forte". Persino il nomignolo di Lyles su Instagram, "nojo18", è un chiaro rimando al professore di magia. I Mondiali 2025, a Tokyo, hanno costituito infine il momento di omaggiare (prima della semifinale dei 200 e di un super 19"51) la posa di Monkey D. Luffy, il pirata protagonista di One

LE ALTRE STELLE

JEFFERSON-WOODEN ALFRED E HUNT I 200 SARANNO DA FINALE MONDIALE

A leggere i nomi delle tre campionesse in gara nei 200 il prossimo 4 giugno, prima si strabuzzano gli occhi e poi si pensa a una finale mondiale. Melissa Jefferson-Wooden, Julien Alfred e Amy Hunt: saette pronte a far salire a dismisura i battiti del pubblico romano. Difficile realizzare un'annata perfetta come quella cesellata dalla Jefferson-Wooden nel 2025: l'oro nei 100 ai Mondiali di Tokyo (con il quarto crono di tutti i tempi, 10"61!), e gli altri due titoli iridati (200 e 4x100), pongono la freccia di Georgetown - che non ha mai partecipato prima al Golden Gala - nella (scomoda?) posizione di favorita. Di sicuro Julien Alfred farà di tutto per rovinarle la festa: l'oro olimpico nei 100 a Parigi 2024, prima medaglia di sempre di Saint Lucia ai Giochi, nel 2025 si è messa al collo il bronzo mondiale sulla stessa distanza: anche per lei sarà la prima gara in Italia. Amy Hunt invece si allena stabilmente a Padova e ha già assaggiato la pista capitolina.

Melissa Jefferson Wooden

Julien Alfred

Piece (che i fan italiani meno avvezzi alla cultura pop nipponica hanno imparato a conoscere grazie alle gesta di Lorenzo Simonelli).

Lo stile, prima di tutto

Ma guai a dargli solo del nerd (come se fosse un insulto, poi...): Noah Lyles è anche un amante della moda e delle combinazioni di abiti e accessori, viste come espressione di sé stesso. Sono passati i tempi in cui giovanissimo indossava, per usare le sue parole, "solamente i dad jeans", i "pantaloni da papà" che negli Usa sono sinonimo di trasandatezza: ora i suoi "outfit" sono studiati con interesse dai "fashion stylist". Per lui, le camminate nel tunnel prima di una gara o di una conferenza stampa sono occasioni d'oro per mostrare look sempre più accattivanti (attraendo sguardi e sponsor). In una disciplina dove i capelli corti fanno rima con mag-

giore aerodinamicità, Lyles è andato contro tendenza mantenendo a lungo le treccine bionde, i cosiddetti "cornrow braids", magari con qualche perlina ad aggiungere luce. Nulla è lasciato al caso nel suo stile, persino le unghie: a Parigi 2024 sulle sue mani si poteva leggere la parola "ICON", oltre a scorgere bandiere americane e fulmini.

Come in un film

Eppure da piccolo Noah non era il semidio attuale, anzi: l'asma lo tormentava, e i farmaci per curarlo gli avevano fatto diventare i denti gialli, causa di bullismo nei suoi confronti. All'asma si erano aggiunti dislessia e deficit dell'attenzione: un cocktail di problematiche che ha reso il suo percorso di redenzione così tremendamente "da film" da risultare quasi fasullo. Troppo bello per essere vero, il brutto ana-

no



Un saltello
per scaldarsi

In posa
con diamante
e bandiera



troc-
c o l o
che diven-
una specie
supereroe. D'altron-
i film Disney sono l'essenza delle
stelle e strisce. Lui tutto questo lo
sa e - con l'ego smisurato che han-
no solo i grandissimi - non lesina
confessioni al tempo giusto (come
quando dopo il bronzo sui 200
all'Olimpiadi di Tokyo disse di aver
sofferto per la sua salute mentale
e di aver fatto un trattamento an-
tidepressivo) né momenti teatra-
li (come l'uscita in sedia a rotelle
dopo l'altro bronzo sul mezzo giro
a Parigi 2024, vista dagli "haters"
come un modo per addossare al
Covid la colpa di una prestazione
sotto le aspettative).

19"72

Lo sprinter americano ha già preso
parte al meeting di Roma nell'edi-
zione 2019, quando corse i 200: fu
una gara pazzesca, chiusa al secon-
do posto dietro Michael Norman
(19"70) con un tempo di 19"72. Non
un crono banale, essendo quello
con cui Pietro Mennea rimase de-
tentore del record mondiale della
distanza per 17 anni. Fa sorridere
pensare che Lyles non conoscesse
la Freccia del Sud: in un'intervista

Abbigliamento,
capelli, persino
le unghie: nel suo
look nulla viene
lasciato al caso

del 2025 alla Gazzetta dello Sport,
ha ammesso candidamente come
le sue nozioni di atletica non arri-
vino agli anni Settanta. Sfiacciato o
ingenuo?

Di sicuro "unlimited", come ama
definirsi: solo un atleta senza li-
miti potrebbe infatti raccontarsi
di fronte alle telecamere con la
naturalità che Noah sfoggia in
"Sprint", la serie tv Netflix del 2024
dedicata ai dietro le quinte del
mondo della velocità. Solo un es-
sere umano dotato di un'autostima
fuori dal comune enterebbe
in pista incitando il pubblico come
un capo ultrà, tra salti altissimi e
urla rituali. Perché Noah Lyles, pri-
ma di essere l'uomo più veloce del
mondo, è un intrattenitore sopra-
fino, uno showman che racchiude
in sé un intreccio di mondi diversi.
Gli anglofili lo definirebbero "in-
spiring", fonte di ispirazione: per i
bambini e le bambine che iniziano
atletica, per chi lo segue dal diva-
no, per i giornalisti e per gli esperti
di marketing. Il conto alla rovescia
per lo spettacolo di Roma è appe-
na cominciato.

LA NOVITÀ

IL 3 GIUGNO UN SILVER GALA SEMPRE PIÙ RICCO CON TANTI AZZURRI

Il Silver Gala diventa grande. Da
evento test in vista del Golden
Gala del giorno successivo a
meeting vero e proprio, inserito
addirittura nel Global Calendar
di World Athletics. Una riunione
riservata agli atleti italiani asso-
luti, promesse, junior e allievi,
con gare di alto livello e il me-
glio del panorama azzurro non
coinvolto nella serata della Dia-
mond League. Si gareggerà il 3
giugno alle 18.55, naturalmen-
te all'Olimpico romano. Il pro-
gramma prevede 100, 200, 110
hs, alto, lungo e giavellotto ma-
schili; 100, 800, 1500 e 400 hs
femminili. Gli 800 femminili sa-
ranno a invito e coinvolgeranno
anche stelle internazionali.

Da bimbo asmatico
vittima di bullismo
a stella planetaria:
una storia da film
molto americana



LAMPO DI AOUANI

maratona da big

di Franco Fava

2h04'26"

Record italiano per **ILIASS AOUANI** a Tokyo

L'ingegnere milanese primo italiano a scendere sotto le 2h05': a Tokyo ha corso spalla a spalla con gli africani e chiuso in 2h04'26". "Frenato dai crampi anche se non ero stanco. Ora due obiettivi: 2h03' e Olimpiade"

Centosessantasette giorni dopo il magnifico bronzo iridato nell'afa di Tokyo, Iliass Aouani ha realizzato un altro capolavoro sulle strade della metropoli nipponica demolendo il primato italiano che aveva già detenuto tra il 2023 e 2024, portandolo a un più che rispettabile 2h04'26". Un crono che lo proietta, qualora ce ne fosse ancora stato bisogno, nella élite mondiale. Il trentenne milanese delle Fiamme Azzurre - allievo di Massimo Magnani, uno che di maratone, e non solo, ci capisce,



essendo stato per un certo periodo anche d.t. della Nazionale - ha corso da protagonista fin dal primo metro contro avversari cronometricamente più blasonati. Il progresso di questo ragazzo, che continua a crescere fisicamente e mentalmente, alla decima maratona in carriera lo ha

portato a correre i 42,195 km in 100 secondi più veloce del personale di 2h06'06", stabilito a Valencia meno di due anni fa quando prima Crippa a Siviglia e poi Chiappinelli, proprio a Valencia, avevano fatto meglio dell'ingegnere lombardo, ora di stanza a Ferrara alla corte di Magnani.

Iliass con il bronzo di Tokyo 2026

Crampi

"Dopo il bronzo iridato dello scorso settembre qui a Tokyo, con il mio allenatore ci eravamo ripromessi che il 2026 sarebbe stata la stagione in cui andare a caccia del tempo" ha detto l'azzurro nell'analizzare l'ottima prestazione nella prima gara del circuito delle Majors, che ha visto prevalere, l'etiope Tadese Takele sul keniota Geofry Toroitich, con lo stesso crono di 2h03'37". La vittoria degli africani peraltro non è stata a mani basse, Aouani infatti è rimasto sempre nel gruppetto di testa, perdendo solo un po' di terreno negli ultimi 3-4 chilometri, preceduto all'arrivo da altri due kenioti (Munyao e Mateiko) ma solo per una manciata di secondi. "L'avvio un po' lento mi ha stupito, a metà corsa ho dovuto resettare il film e così ho deciso di agganciarli al gruppetto leader, poi però ho sofferto di crampi negli ultimi due chilometri, anche se non ero stanco, e questo mi ha frenato".

Aouani è il primo azzurro a correre i 42,195 km sotto il muro delle 2h05', con un miglioramento monstre sul precedente limite nazionale di Chiappinelli di quasi un minuto (58"). Negli ultimi 40 anni, dal 2h10'23" di Pizzolato a Hiroshima nel 1985 a Tokyo 2026 il record italiano è progredito di quasi sei minuti e questo la dice lunga sulla

CRONOLOGIA RECORD ITALIANO DELLA MARATONA MASCHILE

2h07'52"	Leone	Otsu (Jap)	4.3.2001
2h07'29"	Baldini	Londra (Gbr)	14.4.2002
2h07'22"	Baldini	Londra (Gbr)	23.4.2006
2h07'19"	Faniel	Siviglia (Spa)	23.2.2020
2h07'16"	Aouani	Barcellona (Spa)	19.3.2023
2h06'06"	Crippa	Siviglia (Spa)	18.2.2024
2h05'24"	Chiappinelli	Valencia (Spa)	1.12.2024
2h04'26"	Aouani	Tokyo (Jap)	1.3.2026

I PASSAGGI DI AOUANI

14:48	(5km)
29:28	(10km)
44:09	(15km)
58:51	(20km)
1h02:01	(mezza)
1h13:21	(25km)
1h28:02	(30km)
1h42:57	(35km)
1h57:42	(40km)

COSÌ A TOKYO

Uomini: 1. Takele (Eti) 2h03:37, 2. Toroitich (Ken) 2h03:37, 3. Munyao (Ken) 2h03:38, 4. Mateiko (Ken) 2h03:44, 5. Edris (Eti) 2h04:07, **6. AOUANI 2h04:26 (RI)**, 7. Barega (Eti) 2h05:00, 8. Tura (Eti) 2h05:02.

Donne: 1. B. Kosgei (Ken) 2h14:29, 2. Welde (Eti) 2h16:36, 3. Feysa (Eti) 2h17:39.



L'arrivo di
Aouani nella
maratona
mondiale
di Tokyo
2025

Tolto un minuto
al primato
di Chiappinelli
“Europei? Potrei
correre i 10.000”

Autista

portata dell'impresa realizzata da Aouani all'ombra della stazione centrale di Tokyo, quindi su un percorso completamente diverso da quello dei Mondiali di settembre, favorita anche da condizioni meteo perfette (soleggiato e 16 gradi di media). Il nuovo record italiano vale la settimana prestazionale europea di tutti i tempi, ad appena 50 secondi dal primatista continentale, il belga Bashir Abdi.

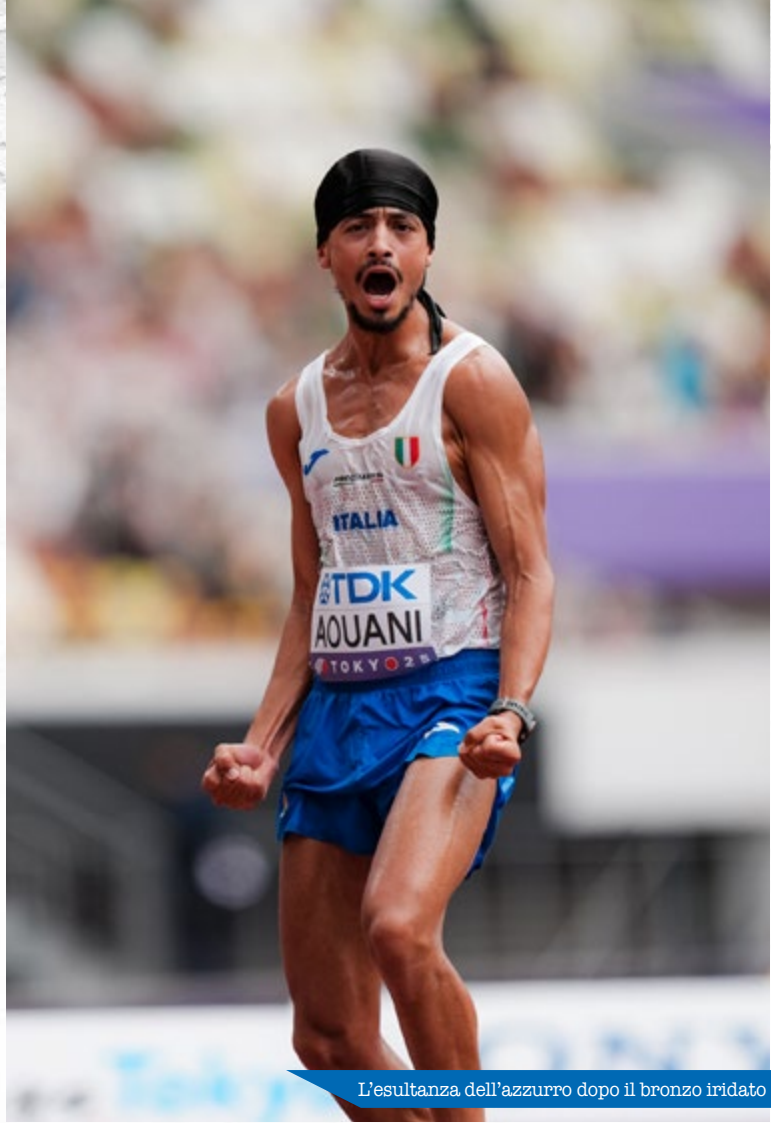
“Sono soddisfatto per come ho interpretato la gara, senza alcun timore reverenziale nei confronti di chi aveva personali di gran lunga migliori dei miei, anche di qualche minuto, e perché sono stato uno dei pochi a migliorarmi (passaggio a metà gara in 1h02", in linea col crono finale; ndr). Questo mi dà fiducia per continuare a crescere. Ho due obiettivi ora: scendere a 2h03', un tempo che so già di avere nelle gambe, e l'Olimpiade di Los Angeles 2028. Prima però ci sono gli Europei su pista quest'estate a Birmingham, dove potrei correre i 10.000, poi è probabile che sarò alla maratona di New York di novembre e a quella di Siviglia a gennaio 2027, l'anno dei Mondiali a Pechino, dove voglio tornare sul podio". Il più emozionante a Tokyo era Massimo Magnani, con il quale Aouani aveva condiviso due mesi di duro lavoro sull'altopiano keniano di Iten: “Ha lavorato duro, circa 250-260 km di media a settimana, erano tutti stupiti della sua facilità di corsa. Un giorno l'autista del pulmino, che di campioni keniani ne ha visti e seguiti tanti nella vita, mi ha detto: 'Questo ragazzo ha qualità per vedersela con i primi tre-quattro al mondo'".

Il coach Magnani
 “In Kenya dicono
 che Iliass può
 vedersela con
 i primi al mondo”

Mezza

Per l'ex azzurro di maratona il 2026 prevede la presenza di Iliass anche ai Mondiali della “mezza” di metà settembre a Copenaghen: “Ne parleremo con i tecnici federali per condividere un percorso che dovrà portare necessariamente all'Olimpiade di Los Angeles, del resto manca solo un anno e mezzo”. Prima di Tokyo Iliass si era messo in evidenza anche ai cross della Cinque Mulini (buon terzo) e di Alà dei Sardi (quarto). Fin qui l'inverno del fondo azzurro su strada è stato generoso di risultati, con il primato italiano sulla mezza maratona caduto per mano di Crippa a Napoli solo una settimana prima.

Per la cronaca alla 19ª edizione della maratona di Tokyo hanno tagliato il traguardo in 38.773, con tanti runner italiani in evidenza: tra gli uomini 2h45'46" di Simone Carniglia (maratona diabetici da Guinness), Federico Zanella (2h49'22") e Jonathan Locatelli (2h52'19"); tra le donne, prima azzurra a tagliare il traguardo Eleonora Gardelli in 2h45'02" davanti a Lisa Migliorini (3h05'10"), Martina Festoli (3h09'10"), Silvia Fracchia (3h14'06") ed Elisa Tosi (3h19'02").



L'esultanza dell'azzurro dopo il bronzo iridato



Iliass premiato dall'ambasciatore italiano a Tokyo, Mario Vattani

Dietro il doppio oro della Brignone in gigante e superG c'è anche l'attività giovanile nell'Atletica Calvesi in Valle d'Aosta, dove dal 2000 al 2011 gareggiò in varie discipline. E sono una decina gli azzurri olimpici con un passato di buon livello nell'atletica: da Alessia Gatti a Lorenzo Bilotti

FEDERICA e i suoi fratelli Tutto parte dall'atletica

di Sergio Arcobelli

Fotoservizio Federico Colli, Simone Ferraro/CONI e Giuseppe Giugliano/CONI

La vita è fatta di ostacoli, corsie da bruciare e cambi improvvisi. A volte il rettilineo finisce contro un muro di neve. E proprio lì, dove l'atletica sembra terminare, comincia un'altra storia: quella che porta ai cinque cerchi di Milano Cortina 2026. Perché la pista è la madre di tutto. «L'atletica è la base», ripete Stefano Mei. «Su un campo si possono fare quasi tutti gli sport». Parole che trovano conferma nelle traiettorie di chi ha trasformato velocità, forza e coordinazione in passaporto per il ghiaccio e la neve.

Per capirlo bisogna tornare al campo Tesolin di Aosta, un rettangolo rosso incastonato tra le montagne. È lì che la giovane Federica Brignone, molto prima degli ori olimpici e delle Coppe del Mondo, respira l'odore del tartan. Nel libro "Due vite", la madre Ninna Quario racconta l'approdo della famiglia all'Atletica Sandro Calvesi, guidata da Lyana Calvesi, erede di una tradizione tecnica legata anche al marito Eddy Ottoz, bronzo nei 110 ostacoli ai Giochi di Città del Messico 1968. Una dinastia dell'atletica, dove tecnica e disciplina sono pane quotidiano e il gesto va rispettato come un rito. Federica non è ancora la regina dello sci: è una ragazzina che corre, salta, lancia, si mette al servizio della squadra. Copre le specialità necessarie, senza scegliere la via più comoda. Impara la fatica delle batterie, l'attesa prima di un salto, la concentrazione silenziosa della pedana. L'atletica è un'educazione motoria totale: coordinazione fine, rapidità di piedi, equilibrio, adattamento. Non un passaggio marginale, ma un imprinting profondo. Ostacoli bassi, balzi, lanci leggeri: esercizi

I Giochi invernali hanno confermato come alla base di tanti successi ci sia l'atletica



Federica Brignone in versione atletica

che costruiscono schemi motori complessi e insegnano la centralità del dettaglio. Con il cronometro giudice imparziale e la misura in centimetri che non concede alibi.


Attività poliedrica

La disponibilità a «fare qualsiasi disciplina servisse alla causa», come ricorda la madre, è la stessa che oggi le consente di affrontare discipline diverse nello sci con naturalezza competitiva. Con l'atletica nel cuore. Quando sceglie definitivamente la neve, Brignone porta con sé quell'alfabeto. La gestione delle curve ad alta velocità, la stabilità in assetto, la capacità di reagire a un errore in una frazione di secondo nascono anche su quella pista rossa. I dodici anni in maglia "Sandro Calvesi" restano nel bagaglio come una grammatica del movimento. E l'atletica italiana la celebra nel giorno dell'impresa a Milano Cortina: gli ori nel superG e nel gigante sull'Olympia delle Tofane, capolavoro costruito dieci mesi dopo un grave infortunio. Un ritorno che sa di resilienza, parola spesso abusata ma qui concreta: riabilitazione, pazienza, ripetizione del gesto.

Legame forte

Il legame con Aosta è rimasto intatto. Dal 2000 al 2011 gareggia nelle categorie giovanili, attraversando più discipline. Nel 2020, durante il Covid, mette all'asta dodici cimeli personali devolvendo il ricavato alla società che l'ha cresciuta. «Quello che Lyana Calvesi, presidente dell'associazione, fa per i ragazzi e per l'atletica è quello che io intendo come vera essenza dello sport. Passione, coinvolgimento e divertimento senza secondi fini», la motivazione del suo gesto, indicando l'essenza dello sport imparata da bambina. Non nostalgia, ma riconoscenza. Non immagine, ma appartenenza. In Valle d'Aosta, la scuola Calvesi non è stata una parentesi, ma una radice. Per Fede, l'atletica è cultura identitaria, palestra di carattere prim'ancora che di muscoli. E non riguarda solo la bicampionessa olimpica.

Fu Lyana Calvesi erede della dinastia a portare in pista la futura sciatrice al campo Tesolin




Festa grande con la squadra azzurra

La squadra "atletica"

Dai 60 metri indoor alla spinta del bob, dalla rincorsa dell'asta al tuffo nello skeleton, dalla corsa in montagna alle pelli di foca: ogni storia racconta la stessa verità. E cioè che sotto il ghiaccio, invisibile agli occhi, scorrerà sempre una pista. Ed è lì che nascono gli equilibri, la potenza, il coraggio. È lì che si impara a cadere e ripartire. Prendete altri azzurri a Milano Cortina. Come Giada Andreutti (pilota) e Alessia Gatti (frenatrice) in gara nel monobob e nel bob a due. La friulana, classe 1995, plurimedagliata tricolore del

disco con partecipazioni agli Europei U.23 e alla Coppa Europa di lanci; la lecchese, classe 2002, cresciuta tra 60 metri indoor da 7"63, 100 in 11"79 ventoso e 13"92 sui 100 ostacoli, che oggi trasferisce quell'esplosività nel bob: i primi 30 metri, decisivi, sono atletica pura applicata all'acciaio. Con lei

Noemi Cavalleri, velocista da 7"56 sui 60 indoor, 11"89 sui 100, 23"92 sui 200 e campionessa europea Under 18 nella staffetta mista a Győr.



Raggiante con le sue due medaglie d'oro

“Disposta a seguire qualunque disciplina servisse alla causa” dice mamma Quario nel libro “Due vite”



La sua grinta durante il gigante

Nel bob a 4 non si passa un testimone, ma si entra in una linea invisibile che va rispettata al millesimo. Eric Fantazzini, azzurro Under 20 nei lanci invernali ad Halle, arriva dal martello: la pedana educa al controllo del mezzo. Lorenzo Bilotti, frenatore ed ex sprinter da 10"33 sui 100, bronzo europeo juniores a Rieti 2013 e argento ai Mediterranei Under 23, in pista era rivale di Fausto Desalu.

Se il bob è potenza collettiva, lo skeleton è solitudine lanciata oltre i 100 all'ora. Alessandra Fumagalli passa dall'asta alla slitta: stessa velocità in rincorsa, stessa precisione millimetrica nel gesto, stessa necessità di fidarsi di un automatismo costruito con migliaia di ripetizioni. L'atleta classe 1998 vanta un personale da 3,80, l'argento ai campionati italiani promesse indoor 2019 (sarebbe stata sesta nell'edizione all'aperto dello stesso anno) e la quarta piazza ai tricolori juniores indoor 2017. Valentina Margaglio attraversa velocità e lanci prima di approdare allo skeleton: esempio di come l'atletica formi atleti completi, capaci di reinventarsi quando cambia lo scenario. Amedeo Bagnis, ex quattrocentista, scopre lo skeleton

Durante il Covid Fede mise all'asta alcuni suoi cimeli per sostenere il club che l'ha cresciuta

quasi per caso dopo test di spinta convincenti. Anche lo sci alpinismo parla di atletica. Michele Boscacci e Giulia Murada, cresciuti nella corsa in montagna, portano con sé resistenza specifica, economia del gesto in salita, capacità di leggere il terreno. Murada è stata argento a squadre Under 20 agli Europei di Arco 2016; Boscacci vanta piazzamenti di rilievo nel Chilometro Verticale. Qui l'atletica è una progressione con le pelli di foca ed è parente stretta delle salite sui sentieri: ritmo, respirazione, gestione delle energie. Cambia l'attrezzo, non il motore.

Dallo skeleton al bob fino allo sci alpinismo i Giochi invernali hanno attinto dalle piste e dalle pedane



Federica BRIGNONE è nata il 14 luglio 1990 a Milano, ma è cresciuta e vive a La Salle, in Val d'Aosta. È figlia di Daniele e di "Ninna" Quario, ex slalomista, quattro vittorie in Coppa del Mondo ai tempi della Valanga rosa. Prima di esplodere nello sci alpino, è stata per dodici anni (2000-2011) atleta con l'Atletica "Sandro Calvesi" di Aosta, spaziando tra pista e pedane (salti e lanci), con punte di 4,52 nel lungo e 9,13 nel triplo tra i 15 e i 16 anni, a dimostrazione di caviglie già allora esplosive. Nel frattempo è cresciuta sugli sci, debuttando in gare FIS nel 2005, in Coppa Europa nel 2006 e in Coppa del Mondo il 28 dicembre 2007. Da allora, abbandonata progressivamente l'atletica, ha conquistato cinque medaglie olimpiche (oro in superG e gigante a Milano-Cortina 2026, un argento e due bronzi) e cinque mondiali (oro in combinata a Courchevel/Meribel 2023 e in gigante a Saalbach 2025, più tre argenti), oltre a vincere la Coppa del Mondo assoluta nel 2000 e nel 2005, con il contorno di 37 vittorie, 85 podi e cinque coppe di specialità tra gigante, superG, libera e combinata. Romanzesco il suo avvicinamento agli ori olimpici di Cortina: il 3 aprile 2025 si è distrutta il ginocchio sinistro (frattura scomposta del piatto tibiale e della testa del perone, rottura del crociato anteriore) cadendo nel gigante degli Assoluti in Val di Fassa, il 26 novembre (dopo 237 giorni e due interventi) è tornata a sciare, lo scorso 12 febbraio ha trionfato ai Giochi in superG, bissando l'impresa in gigante tre giorni dopo. Allenata da fratello Davide, gareggia per i Carabinieri.



Al lavoro con il preparatore Federico Colli a Milano

La Storia



Fotoservizio Giancarlo Colombo, Pino Fama, e Francesca Grana

JACOBS-CAMOSSI

“Ricominciamo!”

di Andrea Buongiovanni

Una cena in Giappone, una sintonia ritrovata: a gennaio Marcell e Paolo, dopo uno stop di due anni e mezzo, hanno ripreso a lavorare assieme. “Possiamo scrivere altre grandi pagine di sport”

Non è una "love story", ma poco ci manca. La coppia d'oro è tornata, si è ricomposta: Marcell Jacobs e Paolo Camossi, dopo uno stop di due anni e mezzo, hanno ripreso a lavorare fianco a fianco. Atleta e allenatore, insieme, hanno firmato il risultato più prestigioso della storia dell'atletica italiana: il titolo olimpico dei 100 di Tokyo 2021. Oltre a tanto altro, otto medaglie globali comprese. La suggestione della "reunion" è enorme anche per questo. Marcell ha compiuto 31 anni in settembre: uno sprinter, a quell'età, può avere ancora tanto da dare.

Ombre cinesi

Lo strappo risaliva all'indomani dei Mondiali di Budapest 2023. Netto, deciso. Con le rispettive strade a separarsi dopo otto, lunghi anni. Un rapporto, nel tempo, può anche logorarsi senza ragioni precise, pure in assenza di motivi scatenanti. Qualche frizione, qualche incomprensione, qualche punto di vista diverso, qualche risultato mancato. Jacobs, così, ha voltato decisamente pagina. Ha lasciato l'Italia e, con la famiglia, si è trasferito a Jacksonville, in Florida, alla corte di coach Rana Reider. Nel 2024, dopo una prima parte di stagione anonima, è tornato a fare il Marcell: quinto nei 100 ai Giochi di Parigi in 9"85, a 4/100 dal podio. Ma lo scorso anno, afflitto dagli infortuni e "tradito" da Reider, che lo ha abbandonato al suo destino per far base professionale in Cina, è sostanzialmente sparito dai radar.

Anche Camossi, intanto, per qualche mese ha scelto altri confini, maturando a sua volta un'esperienza tecnica a Pechino e dintorni. E tornato in patria, ex triplista iridato ed ex allenatore di un bel gruppo di lunghisti, è diventato il referente federale del settore salti. I due, Marcell e Paolo, dopo lunghi silenzi, nel settembre scorso, ai Mondiali di Tokyo - città spe-

L'ex re dei 100 se n'era andato in Florida a fine 2023 per allenarsi con Rana Reider

ciali per entrambi - più o meno per caso si sono riavvicinati. Sono usciti a cena, hanno chiacchierato parlando di tutto, hanno riscoperto un certo feeling comune. Quindi hanno continuato a sentirsi, a scambiarsi messaggi, mentre il gardesano, disilluso e senza più motivazioni, meditava addirittura il ritiro. Poi ha capito che farsi da parte così non avrebbe avuto senso. E che Reider, nonostante le promesse, anche a causa di problemi economici, lo aveva definitivamente preso in giro, mancandogli di rispetto.

A quel punto, forte di un "puoi sempre contare su di me" pronunciato da Paolo al suo indirizzo e con il presidente della Fidal, Stefano Mei, propiziatore o almeno facilitatore della rinnovata intesa, in gennaio il binomio si è ricomposto. Prima con la richiesta di un programma di allenamento, poi con quella di una collaborazione di nuovo continuativa.

Aperitivo

"Insieme - diceva Jacobs annunciando la notizia - abbiamo scritto una grande pagina dello sport italiano, insieme crediamo di poterne scrivere altre. Le ripartenze fanno parte della mia vita, non solo sportiva.

Abbandonato dall'americano Jacobs a 31 anni stava addirittura meditando il ritiro



Marcell JACOBS è nato a El Paso (Usa) il 26 settembre 1994, da mamma Viviana e papà Lamont, marine del Texas. Si è trasferito in Italia con la madre a due anni, stabilendosi a Desenzano (BS). I primi passi nel basket e nel calcio (ala destra nella Pro Desenzano), poi la velocità a 10 anni e il lungo a 17. Fibre esplosive ma anche delicate, che gli costano diversi infortuni. Alla fine del 2015 l'inizio del rapporto con Paolo Camossi, ex triplista azzurro, con cui si trasferisce a Roma nell'autunno del 2018 assieme alla famiglia: la futura moglie Nicole e i figli Anthony e Meghan. Ha un terzo figlio, Jeremy, da un'altra donna. Sotto la guida di Camossi, Marcell ritocca tutti i personali: 20"61 sui 200 (2018), 6"41 sui 60 indoor (2022; primato europeo) e 8,07 indoor nel lungo (2017), ma soprattutto il 9"95 del record italiano dei 100, il 13 maggio 2021 a Savona. Poi all'Olimpiade di Tokyo esplose abbassando tre volte il primato, fino al 9"80 della finale (record europeo). È anche primatista nazionale della 4x100 in 37"50 (con Patta, Desalu e Tortu), stabilito in occasione del trionfo olimpico. Campione europeo (Torun 2021) e mondiale indoor (Belgrado 2022) dei 60, centra l'oro dei 100 agli Europei di Monaco 2022 e a quelli di Roma 2024 (doppietta con la 4x100). Nel 2023 è stato argento con la 4x100 ai Mondiali all'aperto e sui 60 agli Euroindoor. Ai Giochi di Parigi 2024 si è piazzato quinto sui 100 e quarto in staffetta. Dopo due stagioni con Rana Reider a Jacksonville, in Florida, quest'anno è tornato a lavorare con Camossi. Atleta delle Fiamme Oro, dopo aver portato i colori di Atl. Brescia e Virtus Lucca, è appassionato di basket e Formula 1 (tifa Mercedes), adora giocare alla play e tatuarsi.

Jacobs dopo
l'oro europeo
di Monaco 2022

MONACO



2022

“Su di me puoi
sempre contare”
gli ha detto Paolo
che resta alla guida
dei saltatori azzurri

Il percorso di ognuno è fatto di cadute e risalite, di esperienze che non devono abbattere, ma aiutano a rinascere. Ritrovata la voglia, l'obiettivo è l'Olimpiade di Los Angeles 2028. Ora si torna al lavoro, per dare nuove emozioni e soddisfazioni a chi ci ha sempre seguito”.

L'accordo prevedeva (anzi, prevede) che Marcell, rinunciato all'attività indoor, resti in Florida fino a maggio: i figli, a Jacksonville, frequentano le scuole e la moglie Nicole, in attesa del passaporto, non può lasciare gli Stati Uniti per più di sei mesi consecutivi. Paolo, nel rispetto anche dei propri impegni - è arruolato nelle Fiamme Azzurre - fa la spola tra Italia e Stati Uniti. “A un certo punto della mia vita - ha ricordato il poliziotto, in riferimen-

to
alla fratura con Camossi -
ho sentito il bisogno di cambiare aria e ambiente: c'erano troppi aspetti che non funzionavano più. E anche se per un po' ci siamo ignorati, io e Paolo non ci eravamo lasciati male. Anzi, ci siamo chiariti prendendo un aperitivo a Ponte Milvio, a Roma. Giusto così, piuttosto che con messaggi o parole pronunciate da altri”.

Camossi è andato a Jacksonville una prima volta a metà febbraio, per una decina di giorni. È tornato a inizio marzo per lo stesso periodo di tempo. Ha trascorso lì le “vacanze” di Pasqua e si ripresenterà a fine aprile. “Gli allenatori, nel calcio, cambiano tutti i giorni - sostiene - può succedere anche in atletica. Avevo condiviso la scelta di Marcell di percorrere strade inedite. Abbiamo fatto le nostre esperienze, professionali e non. Abbiamo chiuso un capitolo, ne apriamo un altro. Sono convinto possa tornare ai vertici. Ho accettato la proposta per questo e perché gli voglio bene. Il mio ruolo di capo settore dei salti? I ragazzi hanno ottimi tecnici, di rado intervegno direttamente.

OBIETTIVO TR



ROMA
2022

Non ci sono incompatibilità di ruolo”.

Acquisti

I primi riscontri sono stati positivi. “La macchina - spiega Paolo - comincia a essere di nuovo rodada. Sono soddisfatto di come Marcell ha risposto a un primo ciclo di lavoro, svolto presso il campus della University di North Florida e una palestra privata non lontana da casa sua. È andato oltre la tabella di

**Jacobs: “Ritrovata la voglia, l'obiettivo è Los Angeles 2028”
Prima però caccia a Borzov e Christie**

IS IN EUROPA



“Chiuso un capitolo, ne apriamo un altro. Sono convinto che Marcell possa tornare ai vertici”

BIRMINGHAM 2026

Jacobs dopo l'oro europeo di Roma 2024

marcia che avevo ipotizzato e, soprattutto, è presto tornato a riproporre la sua vera corsa, biomeccanicamente precisa e rilassata, con un corretto uso dei piedi.

lo, alla fine, sono solo un burattinaio che muove i fili di una marionetta. Ora si tratta di stabilizzare il tutto e di consolidare le basi sulle quali costruire un vero periodo di allenamento. Anche da un punto di vista fisico”.

È per questo che nello staff è ricomparso pure il fisioterapista Alberto Marcellini, consulente federale, le cui magiche mani hanno accompagnato Marcell nei momenti più gloriosi della carriera. Viaggia in

Camossi pendolare con Jacksonville sino a fine aprile poi Jacobs farà base a Desenzano

Florida in contemporanea a Camossi. In più ora, nel gruppo, con gli stessi compiti, c'è una nuova figura fissa di riferimento: il 29enne Alessandro Monte, sprinter dell'Alpe-

ria Bolzano da 10"64 nei 100 (2019) e osteopata con base a Peschiera del Garda. Non lontano da quella Desenzano dove Marcell è cresciuto, dove ha aperto la sua Academy e il suo Sports Center e dove, da maggio, parallelamente ad alcuni possibili raduni romani, vivrà al rientro in Italia.

“Com'è stato il primo incontro al campo? Tranquillo - dice Camossi - Siamo come quegli amici che non si incontrano per anni, ma che poi, quando si ritrovano, hanno l'impressione di non vedersi da non più di un paio di giorni: l'ipotesi è tornare a gareggiare a fine maggio”. Ribatte Marcell: “Ho ripreso con calma, tornando a schemi abituali. Nell'azione enfatizzo l'uso dei piedi, anziché delle cosce. Anche i riscaldamenti sono com'erano. Non lunghi 40 minuti con cento esercizi. Devo ritrovare la decontrazione di un tempo e usare meno la forza. Il più, come sempre, sarà restare sani. Sono motivato e fiducioso. Gli ultimi cambiamenti mi hanno ridato l'energia che a fine 2025 mi era mancata”. Il mirino, nel breve periodo, è puntato sugli Europei di Birmingham di metà agosto. Solo Valeriy Borzov e Linford Christie hanno vinto tre ori consecutivi sui 100...

Jacobs ritrova anche lo storico fisio Alberto Marcellini





Fotoservizio Giancarlo Colombo e Francesca Crana

STANO

“Parto dal chilometro zero per conquistare l’Europa”

Dopo il record mondiale e l’infortunio del 2025, il marciatore riparte dalla rassegna che l’ha sempre respinto: “In tre edizioni disputate mai una medaglia, a Birmingham nella mezza maratona ho l’occasione giusta per riempire il vuoto”

di Andrea Schiavon

L’anno dei record è stato un nuovo chilometro zero per Massimo Stano che, ancora una volta, si è trovato a dover ricostruire per rimettersi in marcia.

Facciamo un rapido riassunto della passata stagione, per chi se la fosse dimenticata: in primavera il campione olimpico di Tokyo andava forte come mai prima,

inannellando a distanza di poche settimane il record europeo dei 10.000 su pista (37’33”03) e poi il record mondiale della 35 chilometri (2h20’43”). Sembravano le premesse per una stagione trionfale e invece è arrivato l’ennesimo infortunio di una carriera straordinaria nonostante i tanti stop. Stavolta la diagnosi è stata lesione al

“L’oro olimpico e quello iridato non mi bastano. Devo chiudere i conti in Europa”



bicipite femorale sinistro, un problema tale da impedire a Stano di partire per i Mondiali di Tokyo dove sarebbe sbarcato da favorito numero 1. Pronostico esagerato e di parte? No, basta osservare ad esempio che la medaglia d'oro nella 35 km è andata a quell'Evan Dunfee cui Stano ha tolto il record mondiale, migliorandolo di quasi un minuto. Chiuso il riepilogo, ora c'è una nuova stagione che incalza e per evitare che certi problemi si ripetano il campione delle Fiamme Oro ha deciso di ripartire da zero.

"Nel corso dell'inverno ho rivisto interamente il mio lavoro in palestra - spiega il pugliese, 34 anni - L'obiettivo non è sviluppare una maggiore forza, ma ridurre il rischio di infortuni per consentire al mio corpo di arrivare sino ai Giochi di Los Angeles senza ulteriori grossi problemi".

Anni difficili

La stagione 2024 è stata una lotta contro il tempo per disputare l'O-

"In Inghilterra con le due gare in contemporanea ho scelto quella più vicina ai 20 km"

limpiade di Parigi dopo la frattura al piede ai Mondiali di marcia a squadre, il 2025 - come detto - è andato pure peggio, senza neppure poter partire per Tokyo. La caratura di un campione come

Stano si vede anche nella capacità di ripartire ogni volta mettendosi in discussione per migliorare ulteriormente. "Mi piace confrontarmi con le persone che lavorano insieme a me e cerco sempre di imparare da chi mi sta intorno - racconta Massimo, che da dieci anni si allena a Ostia con Patrizio Parcesepe - Fino al 2023 non avevo mai lavorato con uno psicologo dello sport, ma dopo i Mondiali di Budapest (ritirato nella 20 km e settimo nella 35 km; ndr) mi

sentivo bloccato e così ho introdotto anche questa figura nel mio team: un inserimento che mi ha offerto molti spunti per migliorare la mia forza mentale".

Da Zurigo a Birmingham

Non è semplice trovare nuove motivazioni quando hai già vinto Olimpiadi e Mondiali, ma per il 2026 Stano ne ha più che a sufficienza perché gli Europei sono una voce ancora da riempire in un



L'estasi di Stano dopo il trionfo olimpico a Sapporo



I Valori della Cultura, il Valore dell'Atletica

SOSTENIAMO ATLETICASTUDI

PER ABBONARSI È NECESSARIO EFFETTUARE UN BONIFICO DI EURO 16,00 SUL CONTO CORRENTE ORDINARIO BNL (IBAN IT 29Z 01005 03309 00000010107) INTESTATO A FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA, SPECIFICANDO NELLA CAUSALE: "ABBONAMENTO RIVISTA ATLETICASTUDI".

COLORO CHE DESIDERANO ACQUISTARE SOLTANTO I LIBRI DEVONO VERSARE L'IMPORTO DI EURO 15,00 SUL MEDESIMO CONTO CORRENTE SPECIFICANDO NELLA CAUSALE: "IL LANCIO DEL DISCO DI ARMANDO DE VICENTIS" o "IL TRAINING IN ALTITUDINE: FISIOPATOLOGIA, EVOLUZIONE STORICA E METODOLOGIA".

Inviare la ricevuta di pagamento, specificando nome e cognome ed indirizzo completo per l'inserimento nell'indirizzario all'indirizzo mail: centrostudi@fidal.it.

“Ora l’obiettivo in allenamento non è la forza ma evitare di infortunarmi”

curriculum tra i più ricchi di sempre nella storia dell’atletica italiana. “Per una ragione o per l’altra, non mi è mai riuscito di fare bene un Europeo – racconta - L’esordio è stato a Zurigo, nel 2014, avevo 22 anni e tra emozione e voglia di dimostrare che meritavo di stare lì sono partito fortissimo. Nei primi chilometri rimasi attaccato al gruppo di testa (passando al quarto in 16’32”; ndr) e poi pagai quell’azzardo con la più grande suonata della mia vita: finii terz’ultimo (26° in 1h29’14”; ndr) e distrutto. Quattro anni dopo a Berlino mi sono giocato fino alla fine un posto sul podio: la mia rimonta sul russo Mizinov si è fermata a un secondo dalla medaglia di bronzo. Quella gara è stata un bel passo avanti nella mia carriera, perché ho chiuso con quello che era il mio personale dell’epoca (1h20’51”; ndr) e ho capito di poterla giocare con i migliori. L’ultimo Europeo per me è stato quello di Monaco di Baviera, nel 2022, e non ho ancora compreso che cosa sia successo: sono arrivato in Germania da campione olimpico in carica nella 20 km e pochi giorni prima degli Europei avevo conquistato l’oro ai Mondiali di Eugene sulla 35 km. A Monaco sono partito per fare ‘tripleto’, per completare le mie medaglie con un oro europeo, ma ho finito ottavo con le gambe svuotate. A Roma due anni dopo è andata pure peggio, perché a causa della frattura al piede non mi sono neppure potuto presentare al via. Se traccio il mio bilancio agli Europei, è ora di far tornare i conti e Birmingham è l’occasione per riuscirci”.



Con la famiglia in Marocco

Maratona e mezza

La distanza sulla quale rifarsi è quella nuova dei 21,097 km, la mezza maratona, quella più vicina ai 20 km del trionfo olimpico di Tokyo. La distanza sulla quale rifarsi è quella nuova dei 21,097 km, la mezza maratona, quella più vicina ai 20 km del trionfo olimpico di Tokyo. La curiosità di mettersi alla pro-



In staffetta con la Palmisano ai Giochi di Parigi

“Ho vissuto momenti duri Voglio arrivare a Los Angeles senza intoppi”

va con un doppio impegno dovrà restare tale perché European Athletics ha deciso di mettere mezza maratona e maratona di marcia lo stesso giorno, in contemporanea, impedendo così agli atleti e alle atlete di affrontare entrambe le gare. “Sarà una scelta difficile per tutti, ma credo che alla fine i migliori saranno al via della 21,097 km, perché questa sarà la distanza olimpica a Los Angeles (dove marciatori e marciatrici avranno a disposizione una sola gara, dato che la staffetta mista, presente ai Giochi di Parigi, è stata tolta dal programma; ndr). Nostalgia per la 50 km? Mi sarebbe piaciuto disputare una grande gara internazionale su questa distanza: tra il 2019 e il 2020 mi sono anche allenato per prepararla, perché ai Giochi di Tokyo mi sarebbe piaciuto giocarmela su due distanze, ma poi c’è stata la pandemia, l’Olimpiade è stata rinviata di un anno e io ho dovuto rivedere i miei piani”.

Mondiali a squadre

I programmi verso Birmingham sono chiari: l’appuntamento di avvicinamento più importante sono i Mondiali di marcia a squadre che per la prima volta approdano in Sudamerica, ospitati a Brasilia il 12 aprile. “Visto il periodo dell’anno non sarò ancora al 100% e gaggerò sulla distanza della maratona. Cosa cambia rispetto alla 35 km? Dubito che sette chilometri in più modifichino radicalmente le strategie di gara, in ogni caso per me sarà una tappa importante per arrivare agli Europei. E lì puntare a quel risultato che mi manca”.

Francesco Fortunato da urlo sui 5000 di marcia

Fra rinascite e record è un tricolore Fortunato

Il marciatore si “riprende” il mondiale dei 5000 (1'7"54"48) nella 57^a edizione degli Assoluti indoor, che portano Dario Dester al primato italiano dell'eptathlon (6121 punti) e la 17enne Alessia Succo alla miglior prestazione europea U18 dei 60hs sulle barriere da 84 centimetri (8"08)

di Cesare Rizzi

Gli Assoluti dei ritorni in grande stile. L'edizione numero 57 della massima rassegna tricolore al coperto (per la 19esima volta ad Ancona) applaude Dario Dester (al record italiano delle multiple) e Christian Falocchi (con una rina-

scita da 2,30 nell'alto): sono loro, usciti dai tunnel di stagioni difficili e di traversie fisiche assortite, i principali protagonisti di un tricolore decisamente frizzante sulla strada verso Torun.

Dester “tedesco”

Dester aggiorna, dopo cinque anni, il primato italiano dell'eptathlon: nel 2021, a valle di un duello rusticano con Simone Cairoli, si issò a 6076 punti; stavolta appro-

da a 6121. In mezzo, un doppio record italiano nel decathlon ma anche una scelta radicale, nell'autunno 2024, di trasferirsi da Cremona (dove è cresciuto, con Pietro Frittoli) a Ulm, cittadina di quasi 130.000 abitanti nel Baden-Württemberg, per allenarsi con Christopher Hallmann. Dall'Europeo di Roma 2024 fino al tricolore di Ancona 2026 Dario non era ancora riuscito a concludere una prova multipla, interrompendone due in corso d'opera nel 2025 a causa di guai fisici. Il carabiniere lombardo, classe 2000, nel 2026 riparte a farsi spenti prendendo parte a piccoli meeting tedeschi nemmeno inseriti nel "Global Calendar" di World Athletics: partecipa a una gara di lungo fuori concorso con la categoria Under 14, ma nel frattempo realizza pure il personale nel peso (14,87). Ad Ancona però gioca a carte scoperte, migliorandosi su 60 e 1000 e dando sempre l'impressione d'essere in pieno controllo anche nelle specialità in cui gli manca un pizzico di confidenza ago-

Christian Falocchi
vola a 2,30



CRONOLOGIA RECORD ITALIANO EPTATHLON INDOOR MASCHILE

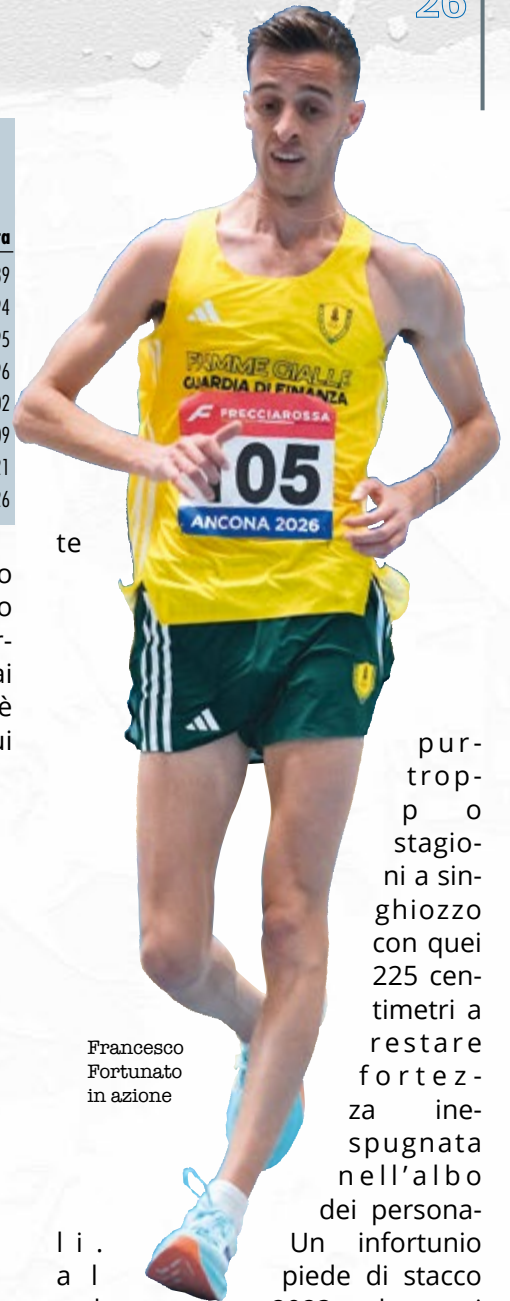
Punti	atleta	sede	data
5636	M. Rossi	Torino	5.6.1989
5652	Asta	Genova	12.2.1994
5655	Asta	Castellanza	19.2.1995
5866	Iapichino	Valencia	28.1.1996
5893	Gasparro	Genova	3.2.2002
5972	Frullani	Torino	8.3.2009
6076	Dester	Ancona	21.2.2021
6121	Dester	Ancona	1.3.2026

nistica (alto e asta). Il controllo lo perde per un attimo solo nell'urlo di gioia finale: Super Dester è tornato ("Ma io non me ne sono mai andato, per ogni grande novità c'è bisogno di tempo", ammonirà lui con il sorriso).

Falocchi al bivio

All'inizio della scorsa estate Christian Falocchi era a un bivio: «Se non riesco a gareggiare e a fare due allenamenti consecutivi di salto non ha più senso andare avanti». Pareva lontanissimo il 4 febbraio 2017, quando, proprio ad Ancona, il saltatore camuno superò 2,25 strabiliando gli appassionati. Dopo l'argento europeo Under 23 sarebbero arriva-

**Dopo nove anni
nell'alto è un altro
Falocchi: 2,30!
Doualla non sfigura
sui 60 della Dosso**



Francesco
Fortunato
in azione

te

li.
a l
nel
sen-

Un infortunio al piede di stacco nel 2023 e due anni di gare parevano aver tolto a questo ragazzo, ormai da anni di stanza a Bergamo, la capacità di decollare verso misure di respiro internazionale: la stagione indoor 2026 gli ha riconsegnato le ali, permettendogli prima di superare i 2,28 (il 31 gennaio a Herentals) e poi facendone ad Ancona il 16esimo altista italiano nella storia a superare 2,30. "Questa prestazione ti fa diventare un vero saltatore in alto: l'ho inseguita per tanto tempo, ho pure dubitato del mio talento" esulta abbracciando Orlando Motta, il coach che lo segue assieme a Pierangelo Maroni.

pur-
trop-
p o
stagioni a singhiozzo con quei 225 centimetri a restare fortezza inespugnata nell'albo dei persona-



Marcia mondiale

Francesco Fortunato sull'anello da 200 metri si diverte un mondo. Dopo la mancata omologazione (per una formalità legata alla qualifica internazionale dei giudici presenti) del suo record mondiale sui 5000 del "tacco e punta" (17'55"65 nel 2025) il pugliese non ha mai avuto dubbi: sarebbe tor-

nato ad Ancona e se lo sarebbe nuovamente preso. Detto, fatto: la nuova impresa dell'alfiere delle Fiamme Gialle è confezionata in 17'54"48, con un ultimo mille se possibile ancora più straripante dell'anno precedente (3'29"4 nel 2025, 3'27"6 stavolta). Ad Ancona si marcia fortissimo: per conferma potete chiedere anche alle donne, impegnate sui 3000. Antonella

Palmisano, al ritorno in un tricolore indoor dopo sette anni, resta a lungo in linea con il record italiano di Eleonora Giorgi: alle sue spalle Sofia Fiorini supera con 12'12"41 il limite italiano Under 23 datato 1991 della compianta Anna Rita Sidoti e Serena Di Fabio migliora il record nazionale Under 20 con 12'31"40.

RISULTATI

UOMINI

60: 1. Randazzo (Fiamme Gialle) 6.61, 2. Ceccarelli 6.61, 3. Longobardi 6.62.

400: 1. Raimondi (Pro Sesto Atl. Cernusco) 47.10, 2. Aceti 47.42, 3. Omodia 47.81.

800: 1. Lazzaro (Aeronautica) 1:48.87, 2. Casoni 1:49.10, 3. Peron 1:49.61.

1500: 1. F. Riva (Fiamme Gialle) 3:59.34, 2. Arese 3:59.81, 3. Bussotti Neves 4:01.41.

3000: 1. F. Riva (Fiamme Gialle) 7:45.25, 2. Arese 7:45.26, 3. Guerra 7:47.02.

60 hs: 1. Simonelli (Esercito) 7.60, 2. Mulas 7.76, 3. Fofana 7.77.

Alto: 1. Falocchi (Fiamme Oro) 2.30, 2. Celebrin 2.23, 3. Pascone 2.20.

Asta: 1. Bertelli (Fiamme Gialle) 5.63, 2. Scalon 5.08, 3. Vicerà 5.08.

Lungo: 1. Chilà (Fiamme Gialle) 8.00, 2. Baldi 7.74, 3. Rocchi 7.70.

Triplo: 1. Dallavalle (Fiamme Gialle) 16.99, 2. Diaz 16.90, 3. Bruno 16.26.

Peso: 1. Fabbri (Aeronautica) 21.80, 2. Ponzio 20.61, 3. Ferrara 19.39.

Marcia 5000m: 1. Fortunato (Fiamme Gialle) 17:54.48 (RM), 2. Picchiottino 18:22.77, 3. Orsoni 18:32.38.

4x2 giri: 1. Atl. Chiari (Federici, Falappi, Astolfi, Akwannon) 3:14.38, 2.

Assindustria 3:15.73, 3. Pro Sesto Atl. Cernusco 3:15.92.

Eptathlon: 1. Dester (Carabinieri) 6121 (RI) (6.91/60, 7.48/lungo, 14.86/peso, 1.98/alto, 7.96/60hs, 4.70/asta, 2:37.69/1000), 2. Nonino 5865, 3. Caiani 55.80.

Società - Combinata: Studentesca Rieti 192, 2. Atl. Vicentina 174, 3. Assindustria 138, 4. Atl. Lib. Livorno 138, 5. Quercia 122, 6. Trevisatletica 120, 7. Pro Patria Milano 119.5, 8. Athletic Club 96 104.5, 9. Fiamme Oro 100.5, 10. Cus Torino 100.

DONNE

60: 1. Dosso (Fiamme Azzurre) 7.10, 2. Doualla 7.21, 3. Berton 7.31.

400: 1. Coiro (Fiamme Azzurre) 52.02, 2. Bonora 52.38, 3. Muraro 52.60.

800: 1. Pellicoro (Bracco) 2:02.15, 2. De Nani 2:04.25, 3. Bella 2:06.98.

1500: 1. Cavalli (Fiamme Oro) 4:38.22, 2. Sabbatini 4:38.35, 3. Prati 4:39.19.

3000: 1. Cavalli (Fiamme Oro) 8:51.38, 2. Majori 8:54:51, 3. Mattagliano 9:06.25.

60 hs: 1. Di Lazzaro (Carabinieri) 8.06, 2. Carmassi 8.06, 3. Succo 8.08

(MPE U18/RI U20)

Alto: 1. Vicini (Carabinieri) 1.90, 2. Pieroni 1.87, 3. Morara 1.84.

Asta: 1. Molinarolo (Fiamme Oro) 4.40, 2. Scardananz e Gherca 4.15.

Lungo: 1. Iapichino (Fiamme Oro) 6.78, 2. Battistella 6.47, 3. Cestonaro 6.30.

Triplo: 1. Derkach (Aeronautica) 13.90, 2. Cestonaro 13.88, 3. Brugnolo 13.50.

Peso: 1. Verteramo (Cus Torino) 16.31, 2. Nalesso 15.28 (2°/15.26), 3. Musci 15.28 (2°/14.99).

Marcia 3000m: 1. Palmisano (Fiamme Gialle) 11:56.74, 2. Fiorini 12:12.41 (MPI U23), 3. Di Fabio 12:31.40 (RI U20).

4x2 giri: 1. Pro Patria Milano (Scarano, S. Troiani, Vuolo, V. Troiani) 3:41.05, 2. Atl. Brescia 3:42.79, 3. Bracco 3:43.07.

Pentathlon: 1. Gerevini (Carabinieri) 4449 (8.39/60hs, 1.69/alto, 12.99/peso, 6.19/lungo, 2:12.33/800), 2. Benussi 3900, 3. Cantergiani 3839.

Società - Combinata: Studentesca Rieti 190, 2. Atl. Brescia 165, 3. Bracco 160, 4. Assindustria 151, 5. Futuratletica 141, 6. Atl. Vicentina 139, 7. Pro Patria Milano 130, 8. Atl. Arcs Cus Perugia 122, 9. La Fratellanza 1874 Modena 119, 10. Atl. Bergamo 114.5.



LA STORIA

LUDO E FEDE DOPPIA COPPIA NEL MEZZOFONDO

Ludovica
Cavalli
batte Gaia
Sabbatini
sui 1500



Federico
Riva piega
Pietro Arese
sui 3000

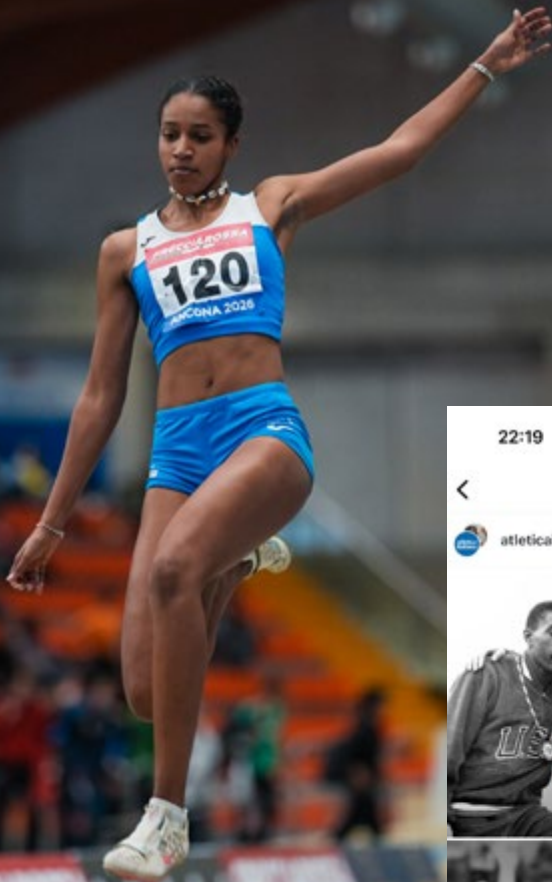
Alessia e Kelly

Arriva un risultato clamoroso dai 60 ostacoli e non è il (sia pur sorprendente) successo di Elisa Maria Di Lazzaro nei confronti di Giada Carmassi: la firma è di Alessia Succo, 17 anni da poco compiuti. La piemontese, bronzo europeo Under 20 lo scorso anno, dopo aver portato il record mondiale Under 18 con le barriere da 76 centimetri a 8"05 durante il tricolore allieve, si migliora fino a 8"08 con l'ostacolo del settore assoluto: tra gli 84 centimetri è la migliore prestazione europea Under 18 "all time", a tre centesimi dal miglior crono mondiale di ogni epoca per le allieve della statunitense Grace Stark (8"05 nel 2018). Se Succo è terza al traguardo, la coscritta Kelly Ann Doualla sui 60 si inchina solo a Zaynab Dosso: la primatista italiana vince in scioltezza in 7"10, ma la giovanissima lombarda con 7"21 non sfigura affatto nel primo match con le "grandi". A proposito di 60: 11/100 tra l'oro e l'argento tra le donne, solo dieci tra il primo e il sesto nell'epilogo maschile, con Filippo Randazzo (ormai forse più sprinter che lunghista) che risolve una delle finali più "enigmatiche" di sempre.

Ludovica e Federico sono la coppia d'oro di Ancona. Ludovica di cognome fa Cavalli, Federico è Federico Riva: entrambi classe 2000, entrambi allenati dal tedesco Thomas Dreisigacker dall'autunno 2024, fanno coppia dal punto di vista sentimentale e sportivo ma sono anche accomunati da un alto (per non dire altissimo) gradimento degli anelli indoor, circostanza confermata fragorosamente pure ad Ancona con una doppietta... in fotocopia. "Fotocopia" non solo perché entrambi replicano sui 3000 l'oro dei 1500, ma anche perché le distanze vivono un andamento simile tra gli uomini e tra le donne: tatticissimo il 1500, molto più veloce il 3000, la cui "miccia" è accesa da Mi-

col Majori in campo femminile e da Sebastiano Parolini e Francesco Guerra tra gli uomini. Ma non c'è nulla da fare né contro "Ludo", che sale a quota 11 titoli italiani assoluti (otto dei quali sotto un tetto) né contro il primatista italiano del miglio metrico, che rischia all'inverosimile alzando il braccio troppo presto (con Pietro Arese che fallisce la rimonta per un solo centesimo) ma diventa (con quattro successi) il più vincente di sempre agli Assoluti indoor sui 15 giri (staccati nomi dal grande blasone come Stefano Mei, Alberto Cova e Genny Di Napoli, arrivati a tre come Yassin Bouih).

c.r.



Mah Seye in volo verso il tricolore promesse

SEYE E PAGLIARINI trionfi di famiglia

Mah Oury vince il lungo promesse nel nome del nonno, che fu bronzo dietro Berruti nella finale olimpica di Roma 1960. Alice e Francesco, fratelli tricolori nella velocità

I campionati Italiani juniores e promesse hanno fatto registrare tanti risultati di grande livello tecnico oltre a regalare numerose storie interessanti da raccontare, come quella di Mah Oury Seye.

Mah Oury ha vinto il salto in lungo femminile promesse con 6,10, migliorandosi di otto centimetri rispetto al precedente personale di 6,02 realizzato il 24 giugno 2023, all'aperto, a Caorle. Seye è nipote d'arte del velocista francese di origini senegalesi Abdoulaye Seye, scomparso nel 2011 a 77 anni, che conquistò la medaglia di bronzo sui 200 metri nella leggendaria finale

dell'Olimpiade di Roma 1960 vinta da Livio Berruti. Mah Oury, nata a Bologna il 24 giugno 2006, è figlia dell'ex calciatore franco-senegalese Jules Seye, allenatore di calcio e commentatore della Rai in occasione dei Mondiali in Corea e Giappone. La ragazza emiliana, tesserata per il team Francesco Francia dopo i primi passi al Cus Bologna, ha vissuto per un periodo a Marsiglia con la mamma Emanuela, che ha lavorato come regista per la Rai. Mah Oury ha dedicato le sue vittorie al nonno, figura ispiratrice. Si rivelò nel 2023 quando vinse il titolo italiano indoor Under 18 mi-



La dedica social di Mah Oury a nonno Abdoulaye

di Diego Sampaolo

gliorando il personale con 5,97 e vestì la maglia azzurra in occasione dell'incontro internazionale giovanile tra Italia, Francia e Spagna a Liévin. Il bis lo scorso anno con il tricolore juniores all'aperto con un balzo a 5,84.

La marchigiana Alice Pagliarini ha trionfato nella finale dei 60 metri al primo anno nella categoria Under 23 in 7"30, sfiorando di due centesimi il personale di 7"28 realizzato sempre ad Ancona a fine gennaio. La figlia d'arte dell'ex velocista Andrea Pagliarini ha fatto parte della staffetta 4x100 che ha conquistato la medaglia d'oro agli ultimi Euro-

pei Under 20 di Tampere. In quel quartetto erano presenti anche Elisa Valensin e Margherita Castellani, prima e seconda sui 200 juniores. Valensin si è aggiudicata il secondo titolo juniores in 23"45 a soli sei centesimi dal suo record italiano di categoria. Castellani s'è dovuta inchinare ma ha migliorato il personale in 23"64 al suo primo anno nella categoria juniores. E al tricolore conquistato al sabato da Alice, in casa Pagliarini ha fatto eco ventiquattr'ore dopo quello sui 200 juniores del fratellino Francesco, più giovane di 17 mesi. Per lui, che corre ancora per l'Atletica Fano, anche la soddisfazione di far scendere il cronometro a 21"56.

Marcia record

La marcia si è presa la scena durante la scoppiettante due giorni al PalaCasali di Ancona confermandosi come uno dei settori in maggiore fermento dell'atletica italiana giovanile. L'abruzzese Serena Di Fabio ha vinto il titolo italiano sui 3000 metri juniores, demolendo di sei secondi il suo record italiano con l'eccellente tempo di 12'40"77. La marciatrice pescarese, allenata a Chieti da Nico Piro, ha confermato il suo talento dopo aver collezionato in carriera la medaglia d'oro agli Europei Under 18 di Banská Bystrica nel 2024 sulla distanza dei 5000 metri e l'argento agli Europei Under 20 di Tampere 2025 su quella dei 10.000.

Yassin Bandaogo si è confermato come il "re" della velocità italiana a livello giovanile vincendo il titolo dei 60 promesse in 6"65 con tre centesimi di vantaggio su Romeo Monaci. L'ex calciatore (attaccante) Bandaogo ha conquistato il suo sesto tricolore consecutivo dopo i due successi da junior e i tre a livello Under 23. Il velocista di Thiene (Vicenza), nato da genitori originari del Burkina Faso, ha aggiunto al suo palmarès il titolo assoluto in 6"63 nel 2025 sulla pista di Ancona, mancando per cinque centesimi la migliore prestazione italiana Under 23 detenuta da Filippo Tortu.

Unisono

I 60 juniores sono andati a Daniele Inzoli, che ha migliorato di cinque centesimi il proprio record a 6"72 nell'impianto dove lo scorso anno vinse i titoli sui 60 metri della categoria allievi con 6"78 e nel salto in lungo agli Assoluti con il personale di 7,93 a soli 16 anni. Quei successi sono stati un trampolino di lancio per la successiva stagione estiva, nella quale si è aggiudicato l'argento agli Europei Under 20 di Tampere proprio nel lungo. Incredibile infine l'epilogo dei 60 ostacoli promesse: Oliver Mulas e Vittorio Ghedina sono piombati sulle fotocellule all'unisono, spartendosi la maglia tricolore in 7"82. Neppure i millesimi sono riusciti a separarli.

La Di Fabio record sui 3000 di marcia. Incredibili 60 hs promesse: Mulas e Ghedina alla pari!



In alto
Serena Di Fabio
sorridente dopo il
record sui 3000 di
marcia juniores



Francesco
Pagliarini
vola sui 200

RISULTATI

PROMESSE

UOMINI

60: 1. Bandaogo (Fiamme Oro) 6.65. **400:** 1. Omodia (SEF Stamura Ancona) 46.97. **800:** 1. De Rosa (Esercito) 1:53.04. **1500:** 1. Valduga (Aeronautica) 3:55.39. **3000:** 1. Ropelato (Quercia) 8:27.24. **60 hs:** 1. Mulas (Athletic Club 96 Alperia) e Ghedina (Atl. Meneghina) 7.82. **Alto:** 1. Celebrin (Carabinieri) 2.16. **Asta:** 1. Befani (Athletic Terni) 5.20. **Lungo:** 1. Rocchi (Acsi Futuratlantica) 7.72. **Triplo:** 1. De Angelis (ASA Ascoli) 16.12. **Peso:** 1. Trincherà Lotto (Cento Torri Pavia) 16.39. **Marcia 5000m:** 1. Disabato (Fiamme Gialle) 19:33.29.

DONNE

60: 1. A. Pagliarini (Fiamme Gialle) 7.30. **400:** 1. Cirillo (Acsi Fut-

ratletica) 53.61. **800:** 1. Prati (Atl. Bovolone) 2:07.63. **1500:** 1. Minati (Quercia) 4:17.56. **3000:** 1. Minati (Quercia) 9:46.22. **60 hs:** 1. Ballin (Assindustria) 8.31. **Alto:** 1. Vicini (Carabinieri) 1.86. **Asta:** 1. Nnachi (Carabinieri) 4.00. **Lungo:** 1. Seye (Francesco Francia) 6.10. **Triplo:** 1. Galizzo (G.A. Bassano) 12.82. **Peso:** 1. Musci (Alteratletica Locorotondo) 15.48. **Marcia 3000m:** 1. Gabriele (Fiamme Gialle) 12:31.81.

JUNIORES

UOMINI

60: 1. D. Inzoli (Riccardi Milano) 6.72. **200:** 1. F. Pagliarini (Atl. Fano) 21.56. **400:** 1. Fumagalli (Daini Carate Brianza) 47.81. **800:** 1. Ciaramella (Studentesca Rieti) 1:52.12. **1500:** 1. Casoni (Fiamme Azzurre) 3:57.35. **60 hs:** 1. Vedana (Atl. Lecca) 7.77.

Alto: 1. Storai (Atl. Livorno) 2.12. **Asta:** 1. Scalon (Cus Torino) 5.35. **Lungo:** 1. Springeth (Athletic Club 96 Alperia) 7.41. **Triplo:** 1. Chinello (Team-A Lombardia) 15.29. **Peso:** 1. Masucci (Ideatletica Aurora) 16.96. **Marcia 5000m:** 1. Coppola (Fiamme Oro) 19:30.77.

DONNE

60: 1. Suppini (Pontevecchio Bologna) 7.40. **200:** 1. Valensin (Fiamme Oro) 23.45. **400:** 1. Frattaroli (Tespense Quarto) 53.77. **800:** 1. Macchi (Bracco) 2:05.82. **1500:** 1. Colarieti (Athletic Terni) 4:32.50. **60 hs:** 1. Lui (Pro Patria) 8.41. **Alto:** 1. Barbogallo (Pontevecchio Bologna) 1.81. **Asta:** 1. Paolotto (Atl. Brugnera) 3.85. **Lungo:** 1. Gelpi (Atl. Bergamo) 6.13. **Triplo:** 1. Tsimi Atana (Studentesca Rieti) 12.78. **Peso:** 1. Bernardis (Atl. Malignani Lib. Udine) 15.29. **Marcia 3000m:** 1. Di Fabio (Fiamme Azzurre) 12:40.77 (Ri U20)



Alessia in azione sui 60hs

Fotoservizio Francesca Grana

GENERAZIONE SUCCO

un'onda verso Rieti

L'ostacolista e la Doualla protagoniste ai tricolori allievi indoor di Ancona. Ma c'è tutta una categoria che mostra talento, tecnica e personalità. Con gli occhi puntati sugli Europei di luglio

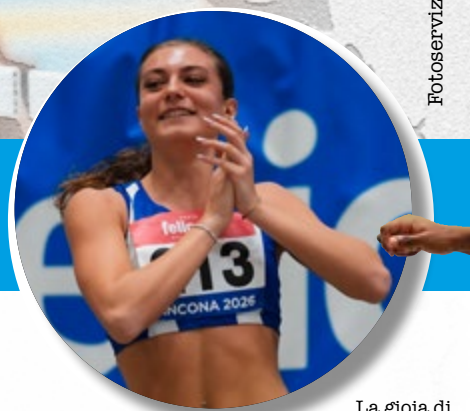
Un concentrato di energia. Non è una formula a effetto, è la fotografia più fedele dei Tricolori allievi indoor di metà febbraio ad Ancona. Energia tecnica, mentale, competitiva. Compresa in ragazze e ragazzi che non si limitano a vincere nella propria categoria, ma bussano con forza alla porta dell'atletica assoluta. E infatti, quindici giorni più tardi, molti di loro hanno fatto molto più che una comparsata agli Assoluti. Tutto con una prospettiva chiarissima: Europei Under 18 di Rieti. A luglio (16-19) si giocherà in casa, con l'azzurro addosso. Prima del Lazio, c'è una tappa in

Toscana: è lì, nella maremmana Grosseto, che pochi giorni prima della rassegna continentale ci si giocherà il pass per la Nazionale ai campionati italiani all'aperto.

Il Succo della storia

Il volto simbolo di Ancona è Alessia Succo. In pista, un meccanismo di precisione. Ai Tricolori Allievi ha riscritto la migliore prestazione mondiale Under 18 nei 60 ostacoli: 8"05, due centesimi meglio del suo precedente 8"07. Un miglioramento minimo solo per chi guarda il numero. In realtà è l'ennesima conferma di

una superiorità tecnica evidente: azione fluida, ritmo costante, attacco deciso alla prima barriera, nessuna sbavatura. «Una bella gara. Sempre emozionante correre ad Ancona e fare certi risultati. Speravo di abbassare il mio crono qui, ai Tricolori U18, perché finora non ho avuto tante chance con gli ostacoli bassi. Spero di fare anche meglio in questa stagione. Rieti 2026 sarà una grande emozione, grande come le ambizioni, che sono altissime». Parole misurate, ma con dentro un messaggio chiaro: l'obiettivo non è il record in sé, è il percorso. Il salto definitivo è arrivato agli Assoluti.



La gioia di Alessia Succo per il mondiale U18

di Christian Diociaiuti



Federico Giardiello firma il record italiano sui 1500



Antony Del Pioluogo, dominatore del peso



Una Doualla travolgente sui 60

Alessia mondiale sui 60 hs (8"05) prima di brillare tra le seniores Kelly domina i 60

Con le barriere da 84 centimetri, quelle delle seniores, Succo ha corso due volte in 8"08, centrando il terzo posto assoluto. Migliore prestazione europea U18 di sempre con ostacoli alti, record italiano U20 frantumato, a tre centesimi dal primato mondiale di categoria. A diciassette anni. Non è più soltanto la migliore della sua età: è già competitiva nel cuore dell'atletica che conta.

Esplosione Doualla

Se Succo è controllo e precisione, Kelly Doualla è esplosione pura. Sedici anni, 7"27 nei 60 metri agli Allievi, leadership mondiale stagionale ribadita con autorità. Una corsa aggressiva, potente, con frequenze altissime e una progressione che non concede spazio alle avversarie. Anche qui non si parla solo di vittoria, ma di impronta tecnica. Agli Assoluti, Doualla ha alzato ulteriormente il livello: 7"21 in finale e argento assoluto alle spalle di Zaynab Dosso. A due centesimi dal record europeo U18, a un passo dallo standard mondiale. La sensazione è netta: non è una promessa da proteggere, è una realtà da gestire con intelligenza.

Non solo velocità

Ma questa generazione non vive soltanto di due stelle. Antony Del

Pioluogo ha superato il muro dei venti metri nel peso indoor con 20,10, miglior lancio di sempre per un allievo italiano al coperto. Non un exploit casuale, bensì il risultato di una crescita strutturata, tecnica prim'ancora che fisica. Il gesto è solido, la progressione costante. È uno di quei segnali che raccontano profondità di movimento.

Federico Giardiello ha fatto altrettanto nei 1500, riscrivendo il record italiano U18 indoor con 3'55"51. Gara di testa, ritmo imposto dal primo metro, gestione lucida. Correre da soli contro il cronometro non è mai semplice, ma è il marchio dei mezzofondisti veri. E lui lo ha fatto con naturalezza. Poi ci sono le doppiette, come quella di Asia Prenzato negli 800 e 1500, la migliore prestazione italiana della 4x200 dell'Atl-Etica Impresa Sociale, i progressi nella marcia di Cecchetto e Marchi. Non fiammate isolate, ma una costellazione di risultati che disegna un quadro preciso: talento e personalità. E quando personalità e talento viaggiano insieme, il salto di qualità è concreto. Rieti 2026 sarà molto più di una rassegna continentale. Per questa generazione sarà una "verifica", davanti al proprio pubblico. Giocare in casa significa trasformare la pressione in energia. E di energia, questo gruppo, ne ha da vendere. Il futuro non è una parola da pronunciare con cautela: è già in pista. E corre forte, lancia lontano, salta in alto. Verso Rieti.

RISULTATI

UOMINI

60: 1. Shablii (Atl. Villa Guglielmi) 6.82. **200:** 1. Berardo (Atl. Meneghina) 21.81. **400:** 1. Mereu (Cus Torino) 49.02. **800:** 1. Da Riva (Vittorio Atl.) 1:55.48. **1500:** 1. Giardiello (Atl. Gavirate) 3:55.51 (MPI). **60 hs:** 1. Bellucci (Elite Academy Bari) 7.91. **Alto:** 1. Campani (Atl. Sarzana) 2.07. **Asta:** 1. Belardi (Elite Academy Bari) 4.70. **Lungo:** 1. Faganella (Atl-Etica) 7.32. **Triplo:** 1. Magnan (Atl. Vis Abano) 14.64. **Peso:** 1. Del Pioluogo (Atl. Brugnera) 20.10. **Marcia 5000m:** 1. Cecchetto (Atl. Vicentina) 21:14.22. **4x1 giro:** 1. Atl-Etica (Tineo, Faganella, Garbo, Chichi) 1:29.23 (MPI).

DONNE

60: 1. Doualla (Pro Patria Milano) 7.27. **200:** 1. Calzolari (Safatletica Piemonte) 24.15. **400:** 1. Bance (Atl. Vicentina) 55.36. **800:** 1. Prenzato (Pro Patria Milano) 2:09.10. **1500:** 1. Prenzato (Pro Patria Milano) 4:25.94. **60 hs:** 1. Succo (Atl. Settemese) 8.05 (RM). **Alto:** 1. S. Zanon (Atl. Vis Abano) 1.72. **Asta:** 1. Mauro (Milano Atl.) 3.85. **Lungo:** 1. G. Zanon (Aristide Venezia) 6.09. **Triplo:** 1. Ikuenobe (Safatletica Piemonte) 12.74. **Peso:** 1. Sora (Atl. Bergamo) 14.21. **Marcia 3000m:** 1. Marchi (Atl. Vis Abano) 13:38.95. **4x1 giro:** 1. Studentesca Rieti (Bellucci, Ingrisano, Zannini, Omeregine) 1:43.19.



Festa grande con la mascotte di Rieti 2026

GLI EUROPEI U.18

LA MASCOTTE SABINA COINVOLVE TUTTI. ED È BOOM DI VOLONTARI: 500

Manca poco all'inizio degli Europei Under 18, in programma dal 16 al 19 luglio allo stadio Guido Baldi di Rieti, e la macchina organizzativa della città è in piena accelerazione. Tra le novità più significative c'è il boom di adesioni alla campagna volontari:

oltre 500 candidature arrivate in poco più di due mesi, un risultato che conferma quanto l'evento stia coinvolgendo la comunità reatina e sportiva in generale. Il dato più sorprendente è la composizione dei candidati: 247 provengono da Rieti, 203 dal re-

GLI ORARI A RIETI

16 luglio

9.30	Martello D	(qual.A)
9.35	2000 siepi D	(batterie)
9.40	Alto U	(qual.)
10.10	Eptathlon/100	
10.35	800 U	(batterie)
10.45	Martello D	(qual.B)
11.15	100 D	(batterie)
11.30	Peso D	(qual.)
11.50	100 U	(batterie)
12.05	Martello U	(qual.A)
12.15	Eptathlon/alto	
13.20	Martello U	(qual.B)
16.00	Disco D	(qual.A)
16.05	Eptathlon/peso	
17.10	Disco D	(qual.B)

17.20	400 U	(batterie)
17.47	Asta U	(qual.)
17.55	400 D	(batterie)
18.20	Disco U	(qual.A)
18.30	Eptathlon/200	
19.05	1500 D	(batterie)
19.30	Disco U	(qual.B)
19.35	3000 U	(finale)

17 luglio

9.30	Giavellotto D	(qual.A)
9.35	Eptathlon/lungo	
9.45	2000 siepi U	(batterie)
10.20	800 D	(batterie)
10.50	Giavellotto D	(qual.B)
10.55	Lungo D	(qual.)
11.00	400hs U	(batterie)

11.35	400hs D	(batterie)
11.40	Alto D	(qual.)
12.10	Eptathlon/giavellotto A	
12.15	200 D	(batterie)
12.45	Lungo U	(qual.)
12.50	200 U	(batterie)
13.30	Eptathlon/giavellotto B	

16.00	Triplo D	(qual.)
16.05	Asta D	(qual.)
17.25	Martello D	(finale)
17.40	400 D	(semifinali)
18.00	400 U	(semifinali)
18.20	100 D	(semifinali)
18.40	100 U	(semifinali)
19.00	800 U	(semifinali)
19.10	Peso D	(finale)
19.17	Martello U	(finale)

19.25	Eptathlon/800	
19.50	1500 U	
20.20	100 D	
20.35	100 U	

18 luglio

9.00	Triplo U	
9.05	Decathlon/100	
9.25	Giavellotto U	
9.35	Marcia 5000m U	
10.15	2000 siepi D	
10.35	Decathlon/lungo	
10.37	800 D	
10.40	Giavellotto U	
11.00	100hs	
11.18	Alto U	
11.40	110hs	

sto d'Italia e 50 dall'estero. Tra i giovani della città, spiccano 135 studenti delle scuole superiori, coinvolti attraverso il progetto educativo "Linea di partenza", avanti per tutta la primavera e che permette loro di prepararsi a diventare protagonisti attivi dell'evento. Non si tratta solo di assistere, ma di entrare davvero nella macchina organizzativa: i ragazzi hanno imparato a lavorare in

squadra, a gestire attività legate alla sostenibilità ambientale e sociale e a creare eventi accessibili e inclusivi. Gli incontri hanno incluso workshop, quiz interattivi e momenti di progettazione concreta. Suddivisi in gruppi, gli studenti hanno elaborato idee su come rendere la manifestazione davvero "green", come coinvolgere la comunità e promuovere stili di vita sani.

e gadget e trasformando il PalaCasali in un'anteprima di Rieti 2026. Promozione che va avanti in altre manifestazioni nazionali e regionali e che proseguirà fino alle gare continentali di luglio. Rieti 2026 non sarà solo una manifestazione di atletica: sarà la celebrazione di un territorio, dei suoi giovani e della capacità di trasformare un grande evento in esperienza collettiva. Are you Rieti?

Are you Rieti?

c.d.



Kelly Doualla ha già la testa a Rieti

L'entusiasmo non si limita alle scuole: nei campionati italiani Allievi di Ancona, molti giovani hanno già respirato l'aria di Rieti 2026. Tra post-it con sogni e messaggi motivazionali appesi sulle bacheche e le spille con lo slogan "Are you Rieti?!", i ragazzi hanno iniziato a immaginare il grande evento estivo. La mascotte Sabina, simbolo della città e del territorio, ha fatto da ponte tra emozione e comunità, lanciando T-shirt



La promozione per Rieti 2026

(finale)	12.00	Lungo D	(finale)	19.35	Peso U	(finale)	12.35	Decathlon/asta B
(batterie)	12.10	Peso U	(qual.)	19.55	800 U	(finale)	12.40	Giavellotto D (finale)
(finale)	12.15	200 D	(semifinali)	20.10	Decathlon/400		15.55	Decathlon/giavellotto A
(finale)	12.35	200 U	(semifinali)				16.00	Alto D (finale)
	13.25	Decathlon /peso					16.30	Asta D (finale)
							17.05	Decathlon/giavellotto B
(qual.)	15.40	Disco U	(finale)	9.00	Decathlon/110hs		17.25	400hs U (finale)
	16.25	Asta U	(finale)	9.30	Marcia 5000m D	(finale)	17.45	400hs D (finale)
	17.10	Decathlon/alto		9.55	Decathlon/disco A		18.00	1500 U (finale)
(qual.A)	17.25	Lungo U	(finale)	10.15	2000 siepi U	(finale)	18.13	Triplo D (finale)
(finale)	17.30	400hs U	(semifinali)	10.35	3000 D	(finale)	18.15	Giavellotto U (finale)
(finale)	17.50	400hs D	(semifinali)	10.55	Staffetta mista D	(batterie)	18.20	100hs (finale)
	18.20	400 D	(finale)	11.05	Decathlon/disco B		18.32	110hs (finale)
(semifinali)	18.35	1500 D	(finale)	11.20	Staffetta mista U	(batterie)	18.45	800 D (finale)
(qual.B)	18.55	400 U	(finale)	11.30	Decathlon/asta A		19.00	Staffetta mista D (finale)
(batterie)	19.10	200 D	(finale)	11.55	100hs D	(semifinali)	19.15	Staffetta mista U (finale)
(finale)	19.20	Disco D	(finale)	12.15	Triplo U	(finale)	19.35	Decathlon/1500 (finale)
(batterie)	19.25	200 U	(finale)	12.20	110hs U	(semifinali)		

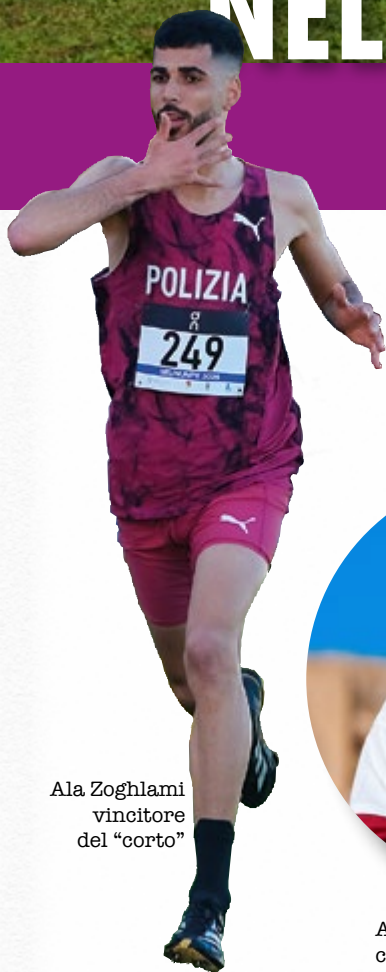
19 luglio

	9.00	Decathlon/110hs			
	9.30	Marcia 5000m D	(finale)		
	9.55	Decathlon/disco A			
	10.15	2000 siepi U	(finale)		
	10.35	3000 D	(finale)		
	10.55	Staffetta mista D	(batterie)		
	11.05	Decathlon/disco B			
	11.20	Staffetta mista U	(batterie)		
	11.30	Decathlon/asta A			
	11.55	100hs D	(semifinali)		
	12.15	Triplo U	(finale)		
	12.20	110hs U	(semifinali)		

Campionati



NELLA FESTA DEI GEMELLI c'è sempre la Battocletti



Ala Zoghلامي
vincitore
del "corto"

Nel fascinosa scenario del Parco di Selinunte il cross tricolore incorona i fratelli Zoghلامي, leader del movimento che sfruttano l'opportunità di correre in casa. Nadia non ha difficoltà a cogliere la sesta maglia tricolore. I volti del futuro



Ala sul podio
con il piccolo
Noah

Forse sarà inadeguato il paragone con Re Mida per Nadia Battocletti, ma non si può negare che ormai ogni teatro di corsa, ma sarebbe meglio dire ogni tipo di corsa, la vede protagonista assoluta. Su pista come su strada, nel cross e anche nelle indoor. La sua naturalezza nel gesto più semplice per l'essere umano è qualcosa

di **Gabriele Gentili**

Per la trentina
sono sei tricolori
come gli europei
"Il calore umano
rende tutto unico"

che rimane scolpito nella memoria e anche per questo una nuvola di ragazzini e ragazzine si è esaltata nel vederla vincere la Festa del

Cross a Selinunte. Lei, trentina tesserata per le Fiamme Azzurre, arrivata all'altro capo d'Italia, a gareggiare in uno scenario straordinario, tra le vestigia della Magna Grecia: "È un paesaggio unico, non vorrei mai smettere di gareggiare da queste parti, in questo calore soprattutto umano".

Prima in Sicilia

Il suo successo è stato la vetrina della rassegna tricolore di corsa campestre, sbarcata per la prima volta in terra sicula. Per sei volte campionessa europea, era arrivata a Selinunte con l'obiettivo di pareggiare il conto con le maglie tricolori e l'ha fatto da par suo, regolando anche le atlete africane presenti per la classifica di società. Il copione? Quello ormai è un marchio di fabbrica: controllo assoluto delle avversarie fino al giro finale,



Osama Zoghiani tricolore nel "lungo"

poi una sgassata e via, verso il traguardo, verso la vittoria. Come aveva fatto nella rassegna europea. E guardando la sua superiorità resta sempre il dubbio di quel che



Cartolina ricordo per Nadia.

Per Osama l'abbraccio della mamma.



Battocletti, il titolo U23.

In famiglia

Festa in casa per gli Zoghiami, che hanno onorato come meglio non si poteva la rassegna tricolore nella loro Sicilia. Una mattinata perfetta, iniziata di primo mattino a Palermo caricando sulle auto tutte le famiglie di Ala e Osama e conclusa con due maglie tricolori. Prima ci ha pensato Ala (Fiamme Oro), vincitore del titolo nel cross corto, il quinto della sua serie. Ma questo ha un significato speciale e Ala non lo ha nascosto, urlando a squarciagola, nel tagliare il traguardo "A casa mia!" e ripagando il tifo locale. La sua vittoria ha più significati: il fatto che l'accelerazione sia arrivata al passaggio vicino al tempio, quasi fosse stata ispirata da un anziano aruspice, oppure la spinta arrivatagli dalla gioia quotidiana della presenza di Noah, nuovo acquisto di famiglia da soli otto mesi. Battuti in volata Sebastiano Parolini (GA Vertovese) e Giovanni Gatto (Quercia), mentre il titolo U23 è di Nicola Morosini (Us Rogno) e quelli femminili vanno a Melissa Fracasini (Atl.Arcs Cus Perugia, notevole il suo spunto finale a 200 metri dal traguardo) e Chiara Munaretto (Futuratletica Piemonte).

avrebbe potuto fare al Mondiale americano di gennaio, a cui ha rinunciato per preparare la stagione indoor. E considerando che solo tre giorni prima di Selinunte, a Lievin, aveva portato il record italiano dei 3000 a livelli internazionali di vertice, c'è da credere che il sacrificio non sia stato vano.

Ma torniamo alla gara. Dopo 8 km, quei 28" di vantaggio sulla Elvanie Nimbona (Caivano Runners), diventata italiana dal 6 marzo, hanno un significato notevole, non si tratta certo di una novizia. Terza a 50" Nicole Reina (Caivano Runners), sempre puntuale all'appuntamento tricolore mentre quarta è stata Lucia Arnoldo (Atl. Dolomiti Belluno), andatasi a prendere, a 1'03" dalla



Bracco e Sport Project vincitrici della combinata

Neanche il tempo di “digerire” la vittoria di Ala che poi ci ha pensato il gemello Osama (Aeronautica) a completare la torta fatta in casa, andandosi a prendere la maglia tricolore nel lungo. Poteva d'altronde non esaltarsi davanti a mamma, cugina, nipote? Poteva non farlo nella sua terra, poco lontano da quella Valderice che lo accolse a soli due anni d'età? Era casa sua e Osama Zoghlami ha fatto la differenza staccando di 14" Konjoneh Maggi (Casone Noceto), ma a differenza della prova femminile quella degli italiani è stata una “gara nella gara”. Il podio assoluto è stato infatti tutto africano con successo per il burundese Egide Ntakarutimana (Casone Noceto) in 30'16" al fotofinish

sull'etiope Melkeneh Abebe (Sicilia Running) e 5" sul connazionale Celestin Ndikumana (Atl. Vomano). Titolo promesse ad Abrham Asado Carson Gotti (Casone Noceto), altro nome da tenere d'occhio.

Fra gli juniores è un altro siciliano a portare a casa la maglia tricolore, anche se Vittore Borromini (Toscana Atl./Carabinieri) può essere considerato toscano d'adozione, visto che da tempo si è spostato al Tuscany Camp per seguire il suo mentore Giuseppe Giambone e imparare alla corte di grandi runner africani. Il suo vantaggio sul secondo, il lombardo Francesco Gia-

nola, è netto (18"). Curiosamente lo stesso che fra le ragazze ha diviso Mimosa Miari Fulcis (Dolomiti Belluno) e Licia Ferrari (SA Valchiese), ma in questo caso la lotta è stata più serrata, almeno fino all'ultimo giro quando la veneta ha spinto sull'acceleratore.

La Festa del Cross è anche una vetrina per le nuove generazioni, per quelli che fra qualche anno saranno chiamati a raccogliere l'eredità dei campioni di oggi o a sfidarli per strappargliela. Ecco quindi una serie di nomi da segnare sul proprio taccuino, campioni italiani di categoria: Federico Giardiello, la settimana prima tricolore sui 1500 indoor, e Yasmine Lazouzi fra gli allievi, Francesco Calamai e Alice Pe-

RISULTATI

UOMINI

Seniores/Promesse (10km) 1. Ntakarutimana (Bur, Casone Noceto) 30:16, 2. Abebe (Eti) 30:16, 3. Ndikumana (Atl. Vomano) 30:21, 4. Kosgei (Ken) 30:43, 5. Bizzoza (Bur) 30:48, 6. O. Zoghlami (Aeronautica) 30:49 (campione italiano), 7. Maggi 31:01, 8. Intunzini (Bur) 31:06, 9. Fontana Granotto 31:19, 10. Ekidor (Ken) 31:24, 13. Carson Gotti Asado (Casone Noceto) 31:29 (1° promesse).

Corto (3km) A. Zoghlami (Fiamme Oro) 8:36, 2. Parolini 8:37, 3. Gatto 8:38, 4. Bouih 8:42, 5. D'Este 8:45, 8. Morosini (US Rogno) 8:47 (1° promesse).

Juniores (8km) 1. Borromini (Carabinieri) 25:33, 2. Gianola 25:51, 3. Perardi 25:59, 4. Serafini 26:06, 5. Sutti 26:10.

Allievi (5km) 1. Giardiello (Atl. Gaviate) 14:31, 2. Contigiani 14:46, 3.

Comino 14:48, 4. Milanesi 14:50, 5. Palamini 14:52.

Cadetti (3km) 1. Calamai (Atl. Calenzano) 9:28, 2. Calce 9:44, 3. Bellone 9:45.

Staffetta 4x1 giro: 1. Gruppo Alpinistico Vertovese (Palamini, Demarchi, Cattaneo, Parolini) 24:25, 2. Firex Belluno 24:31, 3. Cus Insubria 24:47

Società - Combinata: 1. Sport Project Vco 229; 2. Toscana Atl. Empoli 222; 3. Trevisatletica 201, 4. Excelsior Rubiera 185, 5. Sicilia Running Team 179, 6. Cus Camerino 166.

DONNE

Seniores/Promesse (8km) 1. Battocetti (Fiamme Azzurre) 27:31, 2. Nimbona (Bur) 27:59, 3. Reina 28:21, 4. Arnoldo (Dolomiti Belluno) 28:34 (1° promesse), 5. M. Accorsi 28:38, 6. Gemetto 28:52, 7. Settina

29:08, 8. Arrigoni 29:24, 9. L. Ribigini 29:36, 10. Gaggio 29:41.

Corto (3km) 1. Fracassini (Arcs Cus Perugia) 10:08, 2. Munaretto (Futurathletica Piemonte) 10:10 (1° promesse), 3. Algeri 10:13, 4. Zanne 10:13, 5. Mientasti 10:25.

Juniores (6km) 1. Miari Fulcis (Dolomiti Belluno) 21:33, 2. L. Ferrari 21:52, 3. Marinelli 22:07, 4. Ghisalberti 22:32, 5. Paiotti 22:39.

Allieve (4km) 1. Lazouzi (Atl. Mondovì) 14:26, 2. Ravà 14:31, 3. Marrelli 14:36, 4. E. Accorsi 14:45, 5. Prenzato 14:48.

Cadette (2km) 1. Perilli (Fiamme Gialle Simoni) 6:51, 2. Santonocito 6:54, 3. Oddone 7:06.

Staffetta 4x1 giro: 1. Arcs Cus Perugia (Baiocco, Caligiana, L. Ribigini, Fracassini) 28:32, 2. Studentesca Rieti 29:06, 3. Atl. Conegliano 30:02.

Società - Combinata: 1. Bracco Atletica 232; 2. Atl. Lecco 220; 3. Excelsior Rubiera 216, 4. Toscana Atl. Empoli 204.



Master

Andrea Abbiati con Abdon Pamich

Fotoservizio FotoGP.it

MASTROLORENZI, L'ONDA PIÙ ALTA

ABBIATI: "MI MANDA PAMICH"

Ai Tricolori di Ancona, l'ex surfista ha firmato il mondiale M65 a quota 1,69
L'ex fondista è diventato marciatore grazie all'olimpionico
Record europei per Catalano e la Martinelli

di Luca Cassai

Un caleidoscopio di numeri, con 37 migliori prestazioni nazionali di categoria a brillare nei Tricolori master indoor di Ancona. La perla di un record mondiale, nell'alto M65 a quota 1,69 per Marco Mastrolorenzi, ex surfista romano che ora decolla sulle pedane dei salti, ma anche i primati europei nei 400 W60 di Barbara Martinelli (1'04"51, poi migliorato con 1'03"92 agli Europei di Torun), più forte degli infortuni, e nei 60 M55 in 7"36 di Massimiliano Catalano, già azzurro dello sprint giovanile, tornato in pista la scorsa stagione bruciando le tappe.

Anche stavolta c'è una parteci-

pazione senza precedenti (1657 iscritti, 3332 atleti-gara e 398 società) in un mosaico di passioni: ogni storia di chi sfida l'età racconta un frammento, come quella di Andrea Abbiati, piemontese nato a Valenza e cresciuto a Genova, approdato a Roma per lavorare nell'industria petrolifera, che toglie quasi tre minuti alla MPI SM90 dei 3000 di marcia con 26'04"17. Il portacolori dell'Italia Marathon Club è anche il nonno di Pilar Fogliati, l'attrice che ha condotto una puntata del Festival di Sanremo. "È figlia di Giovanna, la mia primogenita".

Non è mai troppo tardi per rimettersi in gioco: "La prima gara di

marcia? A 87 anni. Il mio sport era lo sci di fondo, con la corsa in preparazione alle uscite sulla neve. Negli anni Settanta ci davamo appuntamento con alcuni colleghi alle 7 di mattina per un giro all'Eur, un paio di volte a settimana: tra questi anche Abdon Pamich. Sì, proprio lui, il campione olimpico della 50 km nel 1964, che invece andava a ritmo di tacco e punta. Siamo rimasti amici, quando non riuscivo più a correre per i dolori alle ginocchia mi ha insegnato a marciare. Con l'atletica ho trovato una terza giovinezza... forse anche la quarta. Si va avanti, passo dopo passo".



Keely Hodgkinson



Josh Hoey batte il mondiale degli 800 a Boston

HOEY, HODGKINSON, "MONDO" sotto il tetto piovono record

Super 800: l'americano cancella Kipketer dopo 29 anni, la britannica la Ceplak dopo 24. Duplantis sale a 6,31. Dosso-boom: 6"99! Battocletti e Riva riscrivono il mezzofondo azzurro

di Marco Buccellato

Gennaio

Gemetto-primato sui 5000
Arese la imita sul miglio

Benvenuto 2026. Start dell'anno nuovo con due primati U20. A Clemson (10-1) record mondiale per Jonathan Simms sui 400 (44"60) e world best di Sidi Njie sui 300 (32"10).

Ritorno a casa. La primatista di salto in alto Yaroslava Mahuchikh apre il 17-1 a Lviv (2,03), nella sua prima gara in Ucraina dal 2023. Lo stesso giorno esordio di Larissa Iapichino nel Memorial Giovannini di Ancona con 6,93.

Terzo incomodo. A Stoccolma (22-1) Romell Glave (Gbr, 6"51) precede l'iridato dei 60 metri Azu e il

medagliato dei 100 Kishane Thompson. Quota azzurra con Samuele Ceccarelli (6"61).

Hoey WR. L'iridato indoor degli 800 abbatte dopo 29 anni il limite di Wilson Kipketer a Boston (24-1) nella prima tappa del World Indoor Tour in 1'42"50. Sui 2000, mondiale stagionale di Hobbs Kessler (4'48"79). Lo stesso giorno a Lione Valentina Gemetto migliora in 16'00"45 il record italiano dei 5000.

Subito Furlani. L'azzurro apre a Parigi (25-1) con 8,33 e batte il bulgaro Saraboyukov (8,15). Progresso di Filippo Randazzo sui 60 (6"59), la 16enne Kelly Doualla corre i 60 in 7"28. In Polonia (Lodz) 1,98 della serba Angelina Topic.

Fine mese. Gennaio si congeda a Boston (30/31-

1), con gli exploit della britannica Isabelle Boffey (1'57"43 sugli 800) e il mondiale U18 sul miglio del 16enne Sam Ruthe (Nzl, 3'48"88). A Padova (31-1) Pietro Arese migliora il suo record italiano del miglio indoor in 3'54"54. In Belgio torna a volare Christian Falocchi, che dopo 9 anni si migliora con 2,28.

Febbraio

Iapichino conquista il WIT
Molnar europeo sui 400

Coiro. Esordio per Eloisa Coiro a Val-de-Reuil (1-2) in 2'00"53, vince la svizzera Audrey Werro, regale in 1'57"49. Sveva Gerevini fa 4.439 punti a Tallinn nel primo pentathlon stagionale. Ai Millrose Games di New York firme d'autore sul miglio di Nikki Hiltz (4'19"61) e Cam Myers (3'47"57).

Mattia-bis. A Ostrava (3-2) Mattia Furlani (8,30) batte Tentoglou (8,23) e Saraboyukov (8,21). I 60 metri a Zaynab Dosso (7"09), Marta Zenoni sfiora il record italiano dei 1500 in 4'03"77. Sesto Pietro Arese nei 3000 in 7'46"20. Tra gli exploit, il record europeo dell'ungherese Attila Molnar nei 400 in 45"01, l'1'43"83 dell'argento mondiale indoor Cre-

stan sugli 800 e il 22,04 del pesista Jordan Geist (Usa).

Nadia-Giada. Nel World Indoor Tour a Madrid (6-2) Nadia Battocletti pareggia il record italiano dei 1500 (4'03"59) preceduta in 4'02"37 dall'etiope Haylom (Cavalli al personale in 4'06"38). Giada Carmassi scende a 7"96 nei 60hs a due centesimi dal record italiano, Simonelli si ritrova in 7"50 (vince Llopis in 7"45). Primato europeo sui 1000 per l'altro iberico Mohamed Attaoui in 2'14"52. Nel lungo, 6,97 di Agate de Sousa.



Per Federico Riva due record italiani sui 1500

CRONOLOGIA RECORD ITALIANO 60 INDOOR FEMMINILI

7"16	Dosso	Ancona	27.2.2022
7"14	Dosso	Belgrado (Ser)	18.3.2022
7"14	Dosso	Lodz (Pol)	4.2.2023
7"09	Dosso	Lodz (Pol)	27.1.2024
7"05	Dosso	Lodz (Pol)	27.1.2024
7"02	Dosso	Torun (Pol)	6.2.2024
7"01	Dosso	Apeldoorn (Ola)	9.3.2025
6"99	Dosso	Torun (Pol)	22.2.2026

CRONOLOGIA RECORD MONDIALE 400 INDOOR MASCHILI

45"56	Bennett (Gbr)	Pireo (Gre)	3.3.1985
45"41	Schonlebe (Gdr)	Vienna (Aut)	9.2.1986
45"05	Schonlebe (Gdr)	Sindelfingen (Ger)	5.2.1988
45"02	Everett (Usa)	Stoccarda (Ger)	2.2.1992
44"97	M. Johnson (Usa)	Reno (Usa)	10.2.1995
44"63	M. Johnson (Usa)	Atlanta (Usa)	4.3.1995
44"57	Clement (Usa)	Fayetteville (Usa)	12.3.2005
44"52	McRae (Usa)	Fayetteville (Usa)	13.2.2026

CRONOLOGIA RECORD MONDIALE INDOOR 800 FEMMINILI

2'00"47	Shtereva (Bul)	Sofia (Bul)	10.2.1979
1'59"24	Kampfer-Steluk (Gdr)	Budapest (Ung)	20.2.1982
1'59"18	Smadova (Cec)	Praga (Cec)	26.1.1986
1'58"42	Wodars (Gdr)	Vienna (Aut)	1.2.1987
1'57"64	Wachtel (Gdr)	Torino	10.2.1988
1'56"40	Wachtel (Gdr)	Vienna (Aut)	13.2.1988
1'55"82	Ceplak (Slo)	Vienna (Aut)	3.3.2002
1'54"87	Hodgkinson (Gbr)	Lievin (Fra)	19.2.2026

CRONOLOGIA RECORD MONDIALE INDOOR 800 MASCHILI

1'47"24	Wellmann (Ger)	Dortmund (Ger)	7.2.1976
1'46"37	Grippio	Milano	24.2.1977
1'44"91	Coe (Gbr)	Cosford (Gbr)	12.3.1983
1'44"84	Ereng (Ken)	Budapest (Ung)	4.3.1989
1'43"96	Kipketer (Dan)	Parigi (Fra)	7.3.1997
1'42"67	Kipketer (Dan)	Parigi (Fra)	9.3.1997
1'42"50	Hoey (Usa)	Boston (Usa)	24.1.2026

CRONOLOGIA RECORD ITALIANO INDOOR 1500 FEMMINILI

4'07"49	Possamai	Grenoble (Fra)	22.2.1981
4'04"01	Dario	Milano	7.3.1982
4'03"59	Zenoni	Lussemburgo	19.1.2025
4'03"59	Battocletti	Madrid	6.2.2026

CRONOLOGIA RECORD ITALIANO INDOOR 1500 MASCHILI

3'37"5m	D'Urso	Genova	22.2.1997
3'37"29	Meslek	Birmingham (Gbr)	19.2.2022
3'37"03	Arese	Padova	27.1.2024
3'36"74	F. Riva	Miramas (Fra)	2.2.2024
3'36"04	Meslek	Metz (Fra)	3.2.2024
3'35"63	Meslek	Torun (Pol)	6.2.2024
3'33"94	F. Riva	Karlsruhe (Ger)	8.2.2026
3'33"04	F. Riva	Lievin (Fra)	19.2.2026

CRONOLOGIA RECORD MONDIALE ASTA UOMINI

Misura	atleta	città	data
6,24	Duplantis (Sve)	Xiamen (Sve)	20.4.24
6,25	Duplantis (Sve)	Parigi (Fra)	5.8.24
6,26	Duplantis (Sve)	Chorzow (Pol)	25.8.2024
6,27i	Duplantis (Sve)	Clermont F. (Fra)	28.2.2025
6,28	Duplantis (Sve)	Stoccolma (Svel)	15.6.2025
6,29	Duplantis (Sve)	Budapest (Ung)	12.8.2025
6,30	Duplantis (Sve)	Tokyo (Jap)	15.9.2025
6,31i	Duplantis (Sve)	Uppsala (Sve)	12.3.2026

CRONOLOGIA RECORD ITALIANO 3000 INDOOR FEMMINILI

8'53"77	Possamai	Milano	6.3.82
8'51"00	Rea	Genova	18.2.98
8'44"81	Weissteiner	Birmingham (Gbr)	4.3.07
8'41"72	Battocletti	Val-de-Reuil (Fra)	14.2.22
8'30"82	Battocletti	Lievin (Fra)	13.2.25
8'26"44	Battocletti	Lievin (Fra)	19.2.26

CRONOLOGIA RECORD ITALIANO MIGLIO INDOOR MASCHILE

4:00.0m	G. Del Buono	Inglewood (Usa)	9.2.1973
3:55.71	P. Arese	Padova	29.1.2023
3:54.64	P. Arese	Padova	31.1.2026

(i) = indoor

Yeman Crippa taglia il traguardo della "mezza" record



SU STRADA

CRIPPA-PRIMATO SULLA "MEZZA": 59'01" LA PALMERO STUPISCE A SIVIGLIA: 2H24'10"

di Marco Buccellato

Fabbri. Esordio in Sudafrica per il campione europeo: a Parow apre con 22,05.

Tris Furlani. A Metz (8-2) meravigliosa sfida tra l'azzurro e il bulgaro Saraboyukov, entrambi a 8,39 (personale eguagliato per Mattia), ma vince l'azzurro con il secondo miglior salto (8,38 contro 8,37). Bravissima Ayo Folorunso sui 400: secondo crono italiano di sempre in 51"98. Femke Bol debutta sugli 800 in 1'59"02, poi chiuderà anzitempo la stagione indoor per un problema tendineo. 3000 velocissimi per il francese Yann Schrub (7'29"38).

Riva. Federico Riva migliora il record italiano dei 1500 indoor in 3'33"94 lo stesso giorno a Karlsruhe, secondo dietro Azeddine Habz (3'33"26). Larissa Iapichino vince il lungo con 6,84. Riflettori sull'alto della Mahuchikh (2,01) e i 1500 di Georgia Hunter Bell (4'00"04).

Leo-Zaynab a distanza. Fabbri allunga a Stellenbosch con 22,50, mentre Dosso sfreccia in 7"02 a 0"01 dal record italiano a Belgrado (11-2) dove Saraboyukov si prende il lungo con 8,45 e Audrey Werro chiude gli 800 in 1'57"27.

Negli States. A Fayetteville (13-2) record nei 400 indoor di Khaleb McRae (44"52). Julien Alfred corre i 60 in 6"99, sprint uomini a Jordan Anthony (6"43). A Clemson, Trey Cunningham corre i 60hs in 7"37.

Keely-esordio. Ai campionati UK di Birmingham record nazionale di Keely Hodgkinson (1'56"33). C'è il ritorno a misure importanti di Yulimar Rojas a Valencia (14,95), in un sabato con grandi risultati anche dagli Usa: 3'45"94 di Cole Hocker sul miglio (3'30"80 ai 1500) e record mondiale U20 di Cooper Lutkenhaus negli 800 (1'44"03) a Winston-Salem. Primadonna Elle St.Pierre, che emula Hocker (4'17"83/3'59"33).

Grand'Italia. Due record italiani a Liévin (19-2) nella serata di Nadia Battocletti (terza dietro due etiopi in 8'26"44 nei 3000 a tre centesimi dal primato europeo) e Federico Riva (secondo nei 1500 in 3'33"04). Eccelle Marta Zenoni nei 2000 (miglior prestazione italiana in 5'42"43 anche se l'intermedio ai 2000 della Battocletti è stato di 5'37"62). Alla prima gara indoor Leo Fabbri s'impone con 21,87. L'assalto di Keely Hodgkinson al record del mondo degli 800 riesce in 1'54"87. C'è il gioco del destino perché demolisce dopo 24 anni il record di Jolanda Čeplak, che lo ottenne nel giorno della nascita della britannica. Triplo: 17,35 dell'algerino Triki.

Nadia brindisi-tris. Tripletta Battocletti nella Bo-Classic di San Silvestro (15'51"/5km), Yeman Crippa terzo in 27'57" (10km) vince Yomif Kejelcha (27'42", record della corsa).

Si parte. Il primo record europeo dell'anno nuovo (Nizza, 4-1) è della belga Jana Van Lent (30'10"/10km).

Kiplimo-Ngetich. Jacob Kiplimo sigilla il suo terzo oro iridato nei Mondiali di cross (Tallahasse, 10-1). Agnes Ngetich stravinca sull'ugandese Joy Cheptoyek. Oro staffetta all'Australia, ori U20 all'etiopese Marta Alemayo e al keniano Frankline Kibet.

Almgren-McColgan. Lo svedese migliora di 8" il suo record europeo dei 10km a 26'45" a Valencia (11-1). La scozzese in 30'08" si riprende il primato pur ottava dietro le africane (vince Brenda Jepchirchir in 29'25").

Osaka e Nadia. L'ugandese Stella Chesang vince la 42km femminile (25-1) in 2h19'31". Nadia Battocletti rivince il Campaccio di San Giorgio su Legnano: 22" di margine su Francine Niyomukunzi (Bur).

Dubai. Joshua Cheptegei vince la "mezza" dell'8-2 in 59'26". Cross di Alà dei Sardi a Yeman Crippa e, al femminile, assolo dell'oro olimpico Winfred Yavi.

Primo record. Toshikazu Yamanishi soddisfa i criteri di World Athletics per lo standard inaugurale del record mondiale nella mezza maratona di marcia il 15-2 a Kobe in 1h20'34".

Che Palermo! A Siviglia (25-1) miglior debutto italiano in maratona per Elisa Palermo (2h24'10"), quarta in classifica e sesta italiana all-time, una posizione sopra l'altra eccellente azzurra della 42km spagnola

Asbel Rutto vince la maratona di Roma



Rebecca Lonedo (2h24'28"). Mini-europeo e personale per Ahmed Ouha (2h08'37"). Vincono la finlandese Alisa Vainio (2h20'39") alla quarta maratona in cinque mesi) e

l'etiope Shura Kitata in 2h03'59". Mezza a Barcellona con doppia world lead dell'etiope Hagos Gebrhiwet (58'05") e della keniana Loice Chemnung (1h04'01").

Crippa record. Nella "mezza" di Napoli (22-2) il trentino toglie 25" al suo primato italiano e firma la seconda prestazione europea in 59'01", a 20" dal record dello svedese Almgren. Quarto Pietro Riva in 1h00'32" dopo quasi un anno di stop per infortunio. Nella stessa domenica cade per la terza volta in 50 giorni il record europeo donne dei 10km: lo abbatte la brit Megan Keith (30'07") a Castellón (22-2), dove vince Caroline Gitonga (29'34"). Ritoccato anche il primato uomini: Andreas Almgren si eguaglia in 26'45" ma è beffato dal francese Yann Schrub (26'43") a sua volta battuto dall'ugandese Harbert Kibet (26'39" al debutto).

Tolto e ripreso. Jacob Kiplimo vede sfumare l'omologazione del record mondiale di 56'42" (Barcellona 2025) ma se lo riprende a Lisbona (8-3) in 57'20", 10" meglio di Yomif Kejelcha (57'30"). Corsa femminile a Tsige Gebreselama (1h04'48").

Tokyo. Le WMM aprono in Giappone (1-3) con grandi crono di Brigid Kosgei (2h14'29") e Tadese Takele (2h03'37").

Tesfay. Esordio folle in maratona a Barcellona (15-2) per l'etiope Foyten Tesfay in 2h10'51" (seconda di sempre), che lascia Joan Jekosgei a quasi 8' (2h18'42"). L'ugandese Abel Chelangat (2h04'57") batte il keniano Patrick Mosin (2h05'01").

Primato a Roma. Primato della corsa femminile con la debuttante keniana Pascaline Kibiwot (2h22'44") nell'edizione-record di 36.000 partecipanti dell'Acea Run Rome The Marathon (22-3). Tra gli uomini rivince a distanza di due anni il keniano Asbel Kiprop Rutto in 2h06'32".

CRONOLOGIA RECORD ITALIANO MEZZA MARATONA MASCHILE

1h01:53	Panetta	Milano	9.4.1989
1h01:03	Modica	Milano	3.4.1993
1h00:56	Baldini	Ostia	23.2.1997
1h00:50	Baldini	Malmoe (Sve)	12.6.2000
1h00:20	Berradi	Milano	13.4.2002
1h00:07	Faniel	Siena	20.2.2021
59:26	Crippa	Napoli	27.2.2022
59:01	Crippa	Napoli	22.2.2026

Balceni. Altro super-balzo di Saraboyukov a Belgrado: 8,42 ai campionati dei Balcani il 21-2.

Meno 7! Zaynab Dosso abbatte il muro dei sette secondi in 6"99 a Torun (22-2) migliorando il record italiano. Iapichino vince ancora (6,72) e conquista il WIT, Fabbri è terzo con 21,43 (Kovacs 21,92), Arese (quinto nei 1500) è il secondo italiano di sempre indoor in 3'34"75. Zenoni avvicina il record italiano dei 1500 (settima in 4'04"27), Coiro sesta negli 800 in 1'59"96. A Clermont-Ferrand 6,06 di Duplantis.

Topic. Angelina Topic sale a 2,00 a Banska Bystrica (24-2). Jan Stefela vince tra gli uomini (2,32).

Karalis da vertigini. Il greco vola a quote visitate solo da Duplantis: il 6,17 di Atene (28-2) ne fa il secondo di sempre. A Kiev, Mahuchikh (1,96) e Doroshchuk (2,30) vincono il titolo ucraino.

Marzo

Lyles sconfitto da Anthony ai campionati Usa indoor

Ecco Anthony. Campionati Usa a Staten Island: Lyles perde sui 60 (Anthony 6"45, Bromell 6"47).

Vertigine Duplantis. Quindicesimo record del mondo per "Mondo", che il 12-3 a Uppsala (Sve) sale a 6,31.

NCAA. A Fayetteville (13/14-3) capogiri con il 19"95 di Garrett Kaalund nei 200 e il 7"32 di Ja'Kobe Tharp nei 60hs.



Pascaline Kibiwot regina nella Capitale



Duplantis

C'era una volta

DAL SUD ALL'ORO il viaggio di Maria

Fresca di pensione dall'Arma, la Guida ripercorre una vita tutta di corsa: un tabù infranto, i consigli di Gigliotti, lo storico oro europeo in maratona. "Che bello sarebbe ritrovarmi in pista con la Battocletti!"

di Valerio Vecchiarelli

Da due mesi si gode la pensione dopo una vita vissuta di corsa, una carriera iniziata ad alto livello nel 1992 da atleta nel Gruppo Sportivo della Forestale e finita da fedelissima all'Arma dei Carabinieri. Maria Guida ha ancora lo stesso spirito dell'atleta che dentro all'Olympiastadion di Monaco di Baviera il 10 agosto del 2002 si mise al collo

Il trionfale arrivo all'Olympiastadion



Circondata dai tifosi azzurri dopo il trionfo europeo



Maria GUIDA è nata il 23 gennaio 1966 a Vico Equense (NA). Atleta della Forestale, allenata a Modena da Luciano Gigliotti, ha spaziato dalla pista alla strada, toccando l'apice della sua carriera il 10 agosto 2002 con il titolo europeo della maratona a Monaco di Baviera. Oltre all'oro europeo, ha conquistato le maratone di Busseto, Torino, Carpi (1999) e Roma (2001). Qualificata per la finale olimpica dei 10.000 ad Atlanta 1996, fu costretta a rinunciare alla gara per una lesione al bicipite femorale. I problemi fisici l'hanno tormentata a lungo, negandole i Giochi di Sydney 2000 e i Mondiali di Edmonton 2001. Sui 10.000 si è piazzata quarta ai Mondiali di Goteborg 1995 e ha vinto nello stesso anno la Coppa Europa. Nella sua bacheca anche sei maglie tricolori sui 10.000, tre nella mezza maratona e una di cross. Vanta personali di 14'58"84 sui 5000, 31'27"82 sui 10.000, 1h08'30" sulla "mezza" e 2h25'57" sui 42km. Ha detenuto i record italiani sulle due distanze in pista. È da poco stata pensionata dall'Arma dei Carabinieri.

l'unico oro di quella spedizione azzurra agli Europei, impreziosita da un medagliere tutto al femminile: doppio bronzo di Manuela Levorato (100 e 200 metri) e ancora bronzo per Erica Alfridi nella 20 km di marcia.

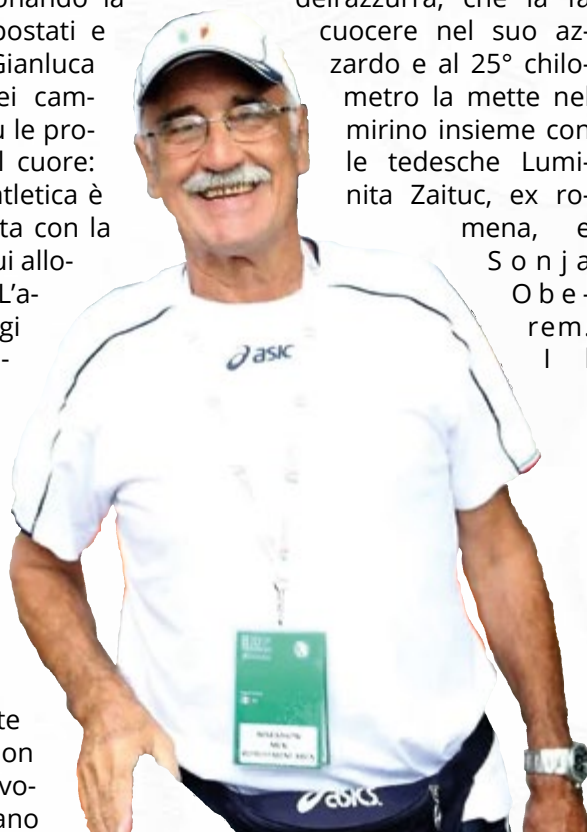
Voltarsi indietro mentre nella sua nuova vita sta rivoluzionando la sua casa, tra mobili spostati e lamentele del marito (Gianluca Carretta, l'osteopata dei campioni), che non trova più le proprie cose, è un tuffo al cuore: "La mia passione per l'atletica è rimasta intatta - racconta con la stessa tranquillità con cui allora raccontò il suo oro - L'amavo allora e la amo oggi che la seguo alla televisione. Quel successo fu il coronamento di una carriera andata avanti per passione, orgoglio, amore per quello che facevo e una serie infinita di infortuni e sfortune. Avevo 36 anni, mi ero preparata con cura e l'esperienza delle sventure passate mi aveva suggerito di non forzare troppo con il lavoro. La saggezza di Luciano

Gigliotti, il mio allenatore, fece il resto".

Professore

La gara è un capolavoro di tattica, la sparata iniziale della belga Renders non cambia i piani dell'azzurra, che la fa cuocere nel suo azzardo e al 25° chilometro la mette nel mirino insieme con le tedesche Luminita Zaituc, ex romana, e

Sonja Obereim.



Luciano Gigliotti

"Il Prof mi spinse alla maratona, che mi annoiava. Non ho smesso di ringraziarlo"

Con le tedesche Luminita Zaituc e Sonja Oberem sul podio di Monaco 2002



ter-
zet-
t o
dura il
tempo di
una speranza vana della folla
tedesca assiepata lungo le strade
della capitale della Baviera, Maria
Guida va via leggera e si gode l'in-
gresso nello stadio in solitudine,
avvolta in un tricolore strappato
a un tifoso lungo la strada e scon-
volta dalle lacrime che certificano
una gioia a lungo sognata e nobili-
tata dal cronometro: 2h26'05", re-
cord dei campionati.
L'abbraccio con Gigliotti, il "Profes-
sore", come ancora lo chiama con
immenso rispetto, finisce in tutte
le foto che saranno affidate alla
memoria: "Sapevo che quella sa-

**"Quel successo
fu il coronamento
di una carriera
condizionata da
infortuni e sfortune"**

reb-
be sta-
ta la mia
ultima occa-
sione, a 36 anni,
con due operazioni
al tendine d'Achille e due
microfratture (tarso e tibia)
sulle gambe, ero consapevole che
la mia carriera proprio quel gior-
no avrebbe potuto impreziosirsi o
rimanere per sempre una buona
carriera di cui presto ci si sarebbe
dimenticati. La maratona non fu
una scelta semplice, ancora oggi
se ci penso la mia zona di comfort
era la pista, più divertente, più
stimolante, più imprevedibile. La
maratona la consideravo monotona,
noiosa, poco in linea con il mio
concetto di atletica, fatto di gioia
e passione. Fu Gigliotti a convin-
cermi che quello sarebbe stato il
mio percorso vincente, d'altronde
di un tecnico che aveva vinto l'oro
olimpico con Bordin e che stava
tirando su un fenomeno di nome
Stefano Baldini, potevo solo fidar-
mi. E ancora oggi lo ringrazio per
quell'imposizione".
«Oggi sono la ragazza di Moiano di
Vico Equense - riprende a raccon-
tare con sconfinato orgoglio - ri-

**"Prima azzurra
a vincere sui 42km
ma anche a correre
5000 e 10.000 sotto
i 15 e i 32 minuti"**

Con Rosaria Console e Giovanna Volpato

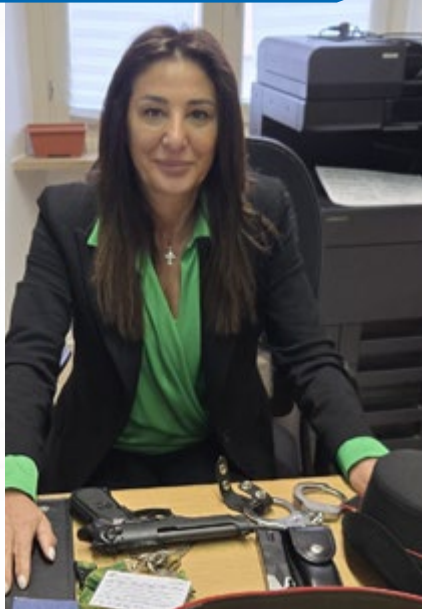
Con l'oro di Monaco 2002

cordata per un oro europeo, prima donna italiana a vincere una maratona, ma prima di quell'impresa credo di aver fatto grandi cose. Sono stata la prima italiana ad abbattere i muri dei 15 minuti sui 5000 e dei 32 minuti sui 10.000, quarta ai Mondiali di Goteborg sui 10.000, dieci titoli tricolori tra pista, strada e cross in bacheca e un posto in finale all'Olimpiade di Atlanta sui 10.000. Ecco, se ho un rimpianto è il mio rapporto travagliato con i Giochi: a Sydney arrivai in forma splendida, avevo lavorato



“Ai miei tempi non era ben visto che una ragazza del Sud mettesse i calzoncini in mezzo alla strada”

Maria e gli attrezzi del mestiere



talmente tanto che alla fine avevo continuato ad allenarmi sul dolore, non compresi l'avvertimento e mi procurai una microfrattura da stress alla tibia. Ad Atlanta la combinai ancora peggio: il giorno della semifinale dei 10.000 pioveva a dirotto e per la tensione non controllai i lacci delle scarpe. Corsi 25 giri con una scarpa slacciata, ogni passo un incubo e alla fine arrivai al traguardo zoppicando e con una lesione al bicipite femorale».

Ribellione

Oggi Maria Guida dichiara ancora il suo amore all'atletica, continua a sentirsi con le sue vecchie compagne di avventura e di Forestale, Rosaria Console (quinta a Monaco di Baviera) e Lucilla Andreucci, di

“I Giochi il mio incubo: ad Atlanta feci i 10.000 con la scarpa slacciata e m'infortunai”

cui ammira la capacità di utilizzare lo sport per promuovere valori nobili: “Ammiro la sua dote di eccezionale comunicatrice, è stata ed è ancora uno spot eccezionale per l'atletica. Oggi tutto è cambiato, quanto mi piacerebbe essere ancora in pista, magari insieme con Nadia Battocletti, un'atleta e una donna eccezionale, attualmente il vero patrimonio della nostra atletica al femminile. So che prima o poi le diranno di provare con la maratona, ma è allenata bene, traspira amore per quello che fa e allora se mi chiedesse un consiglio le direi di continuare a inseguire i suoi sogni in pista. È ancora giovanissima,

per fare nuove esperienze ha tutto il tempo che vuole”.

In un viaggio a ritroso non si può non partire dall'inizio: “Mi piaceva da matti correre, al mio paese ogni anno organizzavano una corsa su strada, io scalpitavo per partecipare, ma mia madre non voleva, erano altri tempi e altri modi di pensare e una ragazza al Sud non era bene che si mettesse in calzoncini in mezzo alla strada. Invidiavo da matti i miei fratelli che potevano correre e così una volta mi sono accodata a loro e finalmente ho preso parte a quella gara. All'arrivo c'era un allenatore della piccola società di Vico Equense che mi disse di andare a provare al campo. Ero promettente e impermeabile alla fatica, così da lì andai alla società di Castellammare di Stabia. Poi alla Fiat Sud Formia. Poi nel 1992 fui una delle prime atlete della Forestale. Poi... il resto lo sapete”. Sì, quello che sappiamo è una lunga storia d'amore che ha il colore dell'oro.

“La mia passione per l'atletica è rimasta intatta. Oggi l'amo come l'amavo allora”

LA FINALE EUROPEA DI MONACO 2002

MARATONA FEMMINILE (10 agosto)

1.	GUIDA	2h26:05
2.	Zaituc (Ger)	2h26:58
3.	Oberem (Ger)	2h28:45
4.	Salumäe (Est)	2h33:46
5.	CONSOLE	2h35:23
6.	Wijenberg (Ola)	2h36:06
7.	Söderström-Lundberg (Sve)	2h36:13
8.	Maisch (Ger)	2h36:41

PASSIONE PER I PRIMI PASSIONE PER LO SPORT



Shop online: www.felicetti.it

ITALIA
felicetti
DOLOMITI 1908


OMEGOR®

90%

Omega-3 in forma rtg

Omegor Vitality è un integratore di olio di pesce concentrato al 90%, questo fa sì che al tuo corpo “arrivino” più Omega-3 per porzione rispetto alla maggior parte di prodotti analoghi.

**Integratore ad alta concentrazione,
900 mg di Omega-3 Totali in una sola
capsula.**



**Qualità
garantita**



**In forma
trigliceride**



**Senza
retrogusto**



**Alta concentrazione
in EPA e DHA**

Offerta Andata e Ritorno in giornata

UN MOTIVO IN PIÙ PER TORNARE IN GIORNATA



**Scegli l'offerta A/R in giornata
a partire da 69€**

**TRENITALIA**
GRUPPO FERROVIE DELLO STATO ITALIANE

L'offerta è a posti limitati che variano in base al giorno, al treno e alla classe o livello di servizio, valida per treni Frecciarossa, Frecciargento e Frecciabianca e permette di viaggiare, sulla stessa tratta, a partire da 69€ in 2° classe e livello Standard, a partire da 79€ per il livello Premium a partire da 89€ in 1° classe/livello Business. L'offerta prevede prezzi fissi, differenziati a seconda della tratta e non è disponibile quando è previsto un prezzo Base andata/ritorno inferiore per la stessa classe/livello di servizio. Fino alla partenza dei treni prenotati, è ammesso il cambio dell'orario (gratuitamente) e/o della classe/livello di servizio (corrispondendo la differenza di prezzo rispetto al prezzo previsto dall'offerta per la nuova classe/livello di servizio) sia per il treno di andata che per quello di ritorno. Il cambio della data dei viaggi, il rimborso e l'accesso ad altro treno non sono consentiti. L'offerta è acquistabile fino alle ore 24 del secondo giorno precedente la partenza del treno. L'offerta non è disponibile per viaggi in Executive e nei salottini. L'offerta non è cumulabile con altre riduzioni compresa quella per i ragazzi. Maggiori dettagli sull'offerta e le tratte interessate su www.trenitalia.com e presso tutti i canali di vendita.