COMUNICATO STAMPA

MEZZA MARATONA DI PALMANOVA, DOMENICA DI CORSA PER 2953 ATLETI

Ore di vigilia per la 24^ edizione dell'appuntamento sui classici 21,097 km che domenica 29 novembre, con un doppio start, partirà e arriverà in Piazza Grande. Meucci stella azzurra e larga partecipazione di stranieri. Start alle 10, prologo con i pattinatori. A margine, marcia aperta a tutti per sensibilizzare sul tema della violenza contro le donne

(Palmanova, 27 novembre 2026) Oltre 2950 iscritti per la **24^ edizione** della **Mezza Maratona "Città di Palmanova"**. Dopodomani, **domenica 29 novembre**, si rinnova l'appuntamento con la gara sui tradizionali **21,097 km** che partirà e arriverà in Piazza Grande, cuore della città stellata nel 2017 dichiarata Patrimonio Mondiale dell'Umanità dall'Unesco. Il via alle 10, con la novità della doppia partenza che permetterà di accogliere al meglio il gran numero di runners. Gli atleti usciranno dal centro storico attraverso due varchi, **Porta Udine** e **Porta Cividale**, e i percorsi si ricongiungeranno poco oltre il primo chilometro e mezzo di gara. A margine della mezza maratona, è prevista anche per una marcia aperta a tutti per sensibilizzare sul tema della violenza sulle donne.

I NUMERI – La Mezza Maratona di Palmanova si conferma, anche quest'anno, evento in crescita. Le iscrizioni dei podisti, aperte anche nel weekend, hanno raggiunto quota 2953 (+23% rispetto all'anno scorso), con atleti che arriveranno da diverse regioni d'Italia (17, isole comprese) e da ben 34 nazioni. Sarà straniero un partecipante su quattro, con Austria (385 iscritti) e Slovenia (238) a tirare idealmente il gruppo. Ben 1307 **gli iscritti dal Friuli-Venezia Giulia**, con la provincia di **Udine** - **oltre 800 partecipanti** - a recitare la parte del leone. Curiosità: il 28% degli iscritti è rappresentato da donne. Numeri di grande impatto per quella che ormai da diversi anni è la mezza maratona più frequentata del Friuli-Venezia Giulia e, nel 2025 (**2097 classificati** nelle 3 ore del tempo massimo), ha trovato un posto tra le quindici gare più partecipate d'Italia, tanto da essere stata promossa in categoria Argento dalla Federazione italiana di atletica leggera per l'edizione 2027. Organizzata da **Eventi Sportivi Palmanova Asd**, la Mezza Maratona "Città di Palmanova" - presentata ufficialmente ieri sera nel Salone d'Onore del Palazzo Municipale - sarà anche quest'anno aperta ai **pattinatori**, coinvolti e coordinati dalla società **Roller Evolution**. La loro partenza avverrà alcuni minuti prima di quella dei runners, prevista alle **10**. I pattinatori faranno poi passerella (senza finalità agonistiche) sullo stesso percorso dei podisti.

TOP RUNNERS – Si cercano gli "eredi" del burundese **Jean-Marie Vianney Niyomukiza** e della keniana

Purity Kajuju Gitonga, primi l'anno scorso rispettivamente in 1h03'31" e 1h07'31" (tempo quest'ultimo che ha trovato posto tra le migliori 50 prestazioni mondiali stagionali). Nella gara maschile, la vedette assoluta sarà **Daniele Meucci**, atleta tra i più quotati nel panorama del fondismo azzurro. L'ingegnere pisano, classe 1985, 1h00'11" di miglior tempo sulla distanza, è stato campione europeo di maratona a Zurigo nel 2014 e vanta altre tre medaglie continentali a livello individuale: l'argento nei 10.000 metri a Helsinki nel 2012, e i bronzi sulla stessa distanza a Barcellona nel 2010 e nella mezza maratona ad Amsterdam nel 2016. Ha partecipato a tre Olimpiadi (Londra 2012, Rio de Janeiro 2016 e Parigi 2024) e conquistato, in carriera, dieci titoli italiani assoluti tra pista, strada e cross. Nel 2024 ha portato il record personale nella maratona a 2h07'49" (Siviglia) e vinto l'oro a squadre nella mezza maratona agli Europei di Roma. Tra gli italiani al via anche **Mihail Sirbu**, terzo l'anno scorso con il record personale (1h03'46"), l'olimpico dei 3000 siepi **Abdoullah Bamoussa** (1h05'10") e l'ex azzurro della corsa in montagna **Riccardo Sterni** (1h09'48"). Nella folta pattuglia degli stranieri, spicca il ritorno del burundese **Niyomukiza** (1h01"45), a caccia del terzo successo consecutivo in Piazza Grande. Da seguire poi l'eritreo **Solomon Mogos Shumai** (1h00'40") e i keniani **Ishmael Kalale** (1h00'47"), **Enos Kales Kakopil** (1h00'17", secondo nel 2025) e **Nixon Kirwa** (1h02'22"), reduce dalla vittoria della maratona di Ravenna in 2h10'37". In veste di outsider, invece, i keniani **Kenneth Kimathi Kithinji** (1h03'34"), **Lengen Lolkurraru** (1h02'51") e **Ian Kinyanjui** (1h04'07"). Al femminile torna a Palmanova la giovane **Diletta Moressa** (1h13'24"), argento nel 2025, di recente quarta ai Tricolori dei 10 km di Grado e sesta nella rassegna nazionale di mezza maratona di Padenghe sul Garda. Puntano in alto, poi, le keniane **Ronah Nyabochoa** (1h11'42") ed **Emily Chepkemei Cheroben** (1h15'29"), le etiopi **Betelhem Tenaw** (1h11'53") e **Debebe Yeshinhasab** (1h12'49") e la ruandese **Adeline Musabyeyezu** (1h14'05"). Mentre il tifo degli appassionati friulani non mancherà di sostenere la 40enne pordenonese **Marina Paveglio**, scesa a 1h22'43" proprio l'anno scorso a Palmanova. I record da battere? 1h01'12" per gli uomini e 1h07'31" per le donne. Quello maschile sembra a rischio.

PERCORSO – L'edizione 2026 della Mezza Maratona "Città di Palmanova" si svilupperà sul percorso che ha accompagnato la crescita dell'evento per 21 delle 23 edizioni sin qui disputate. La scenografica **Piazza Grande**, cuore di Palmanova, con l'originale pianta esagonale e gli importanti edifici storici che vi si affacciano, ospiterà partenza e arrivo della gara. Ma con una novità: il raddoppio della partenza. Gli atleti usciranno dal centro storico attraverso due varchi: **Porta Udine** e **Porta Cividale**. Il percorso resterà distinto per poco più di un chilometro e mezzo, a quel punto avverrà il ricongiungimento dei due tronconi e gli atleti inizieranno a correre sullo stesso tracciato. Una soluzione che, con il raddoppio dei tronconi di partenza, contribuirà a rendere ancora più scorrevole l'uscita degli atleti dalla città. Lasciata Palmanova, gli atleti arriveranno a **Sottoselva**. Al quinto chilometro è previsto il passaggio per l'antico borgo di **Clauiano**. Il percorso si svilupperà poi verso **Santa Maria la Longa, Merlara, Melarolo e Trivignano Udinese**. Al quindicesimo chilometro, nuovo passaggio per Clauiano, da lì il ritorno nel territorio comunale di Palmanova, attraversando **Ialmicco** e nuovamente Sottoselva, prima di rientrare in città da Porta Cividale. Doppia partenza a parte, è il percorso storico della **Mezza Maratona "Città di Palmanova"**, dove si è corso per tanti anni a partire dall'edizione inaugurale del 2003. Una sorta di anello allungato, interamente asfaltato e senza variazioni di pendenza: l'ideale per prestazioni cronometriche di rilievo.

SWEET TEAM AL VIA – Alla mezza maratona di Palmanova sarà presente anche lo **Sweet Team Aniad**

Fvg, associazione dedita alla divulgazione di informazioni sul diabete attraverso la pratica sportiva: un folto gruppo di atleti affetti da diabete parteciperanno alla gara, assistiti da una équipe di dietisti e diabetologi. Lo slogan che li accompagnerà? “Il diabete teme chi fa sport”.

RIANIMATORI DI CORSA - Tra gli iscritti alla mezza maratona di Palmanova c’è anche il **BLS-RUN Team “…rianimatorINcorsa”**, una squadra di podisti abilitati a svolgere manovre di rianimazione cardiopolmonare e defibrillazione precoce. Il team, distinguibile per la caratteristica maglia arancione, sarà composto da nove atleti: **Erica Securo, Massimo Aurelio La Grasta**, **Cristian Gerussi, Erica Beltrame, Riccardo Della Rosa, Stefano Marcello Burlon, Chiara Rapretti, Luigi Spagnuolo e Gianni Stelitano**, il runner di Codroipo che alcuni anni fa ha avuto l’idea di creare la squadra di soccorritori pronta ad intervenire, dall’interno della corsa, nel caso di particolari problematiche sanitarie. **Barbara Pividore** e **Anna Ghiraldi** saranno invece impegnate nella marcia non competitiva.

EVENTI COLLATERALI - Per la manifestazione organizzata da **Eventi Sportivi Palmanova Asd** si annuncia un vero e proprio festival della corsa declinato in vari eventi che si svilupperanno lungo l’intero weekend, da venerdì 27 a domenica 29 novembre. L’obiettivo? Coinvolgere anche chi non partecipa direttamente alla mezza maratona: familiari e accompagnatori. Domenica 29 novembre, subito dopo lo start della mezza maratona, da Piazza Grande scatterà **“Corriamo contro la violenza sulle donne”**, una marcia non competitiva aperta a tutti che ogni anno raccoglie diverse centinaia di partecipanti. Non solo: Piazza Grande, dove gli atleti convergeranno per ritirare il pacco gara e il pettorale, **sabato 28 novembre** ospiterà, dalle 21, in un tendone riscaldato, una serata di ballo e divertimento con **Radio Company**. Il sipario di chiusura della domenica sarà costituito dal tradizionale e sempre apprezzato **Pasta Party**, quest’anno accompagnato dalla musica del **dj Michele Patatti**. Spettacolo garantito.

MEZZA MARATONA “CITTÀ DI PALMANOVA”
Ufficio Stampa
Mauro Ferraro T. 338 2103931
www.mezzamaratonapalmanova.it
Facebook: ESPalmanova
#iosonoFVG