



FEDERAZIONE ITALIANA  
DI ATLETICA LEGGERA

# ITALIA

# *ITALY*

## TEAM GUIDE

**SPAR CAMPIONATI EUROPEI DI CORSA CAMPESTRE  
SPAR EUROPEAN CROSS COUNTRY CHAMPIONSHIPS**

Bruxelles (BEL)  
10.12.2023

## LA SQUADRA / TEAM

### SENIOR UOMINI

Luca	<b>ALFIERI</b>	<i>Atl. Casone Noceto</i>
Iliass	<b>AOUANI</b>	<i>G.S. Fiamme Azzurre / Atl. Casone Noceto</i>
Yassin	<b>BOUIH</b>	<i>G.A. Fiamme Gialle</i>
Yemaneberhan	<b>CRIPPA</b>	<i>G.S. Fiamme Oro Padova</i>
Italo	<b>QUAZZOLA</b>	<i>Atl. Casone Noceto</i>
Pasquale	<b>SELVAROLO</b>	<i>G.S. Fiamme Azzurre / Atletica Pro Canosa</i>

### SENIOR DONNE

Anna	<b>ARNAUDO</b>	<i>Battaglio C.U.S. Torino Atl</i>
Nadia	<b>BATTOCLETTI</b>	<i>G.S. Fiamme Azzurre</i>
Valentina	<b>GEMETTO</b>	<i>Dk Runners Milano</i>
Rebecca	<b>LONEDO</b>	<i>G.S. Fiamme Oro Padova / Atl. Vicentina</i>
Elisa	<b>PALMERO</b>	<i>C.S. Esercito</i>
Federica	<b>ZANNE</b>	<i>C.S. Esercito</i>

### STAFFETTA MISTA

Pietro	<b>ARESE</b>	<i>G.A. Fiamme Gialle</i>
Ossama	<b>MESLEK</b>	<i>C.S. Esercito</i>
Gaia	<b>SABBATINI</b>	<i>G.S. Fiamme Azzurre</i>
Marta	<b>ZENONI</b>	<i>Luiss Ssd A R.L.</i>
<b>Riserve</b>		
Mohad	<b>ABDIKADAR SHEIK ALI</b>	<i>C.S. Aeronautica Militare</i>
Micol	<b>MAJORI</b>	<i>Pro Sesto Atl. Cernusco</i>

### UNDER 23 UOMINI

Nicolò	<b>BEDINI</b>	<i>G.P. Parco Alpi Apuane</i>
Alain	<b>CAVAGNA</b>	<i>Atl. Valle Brembana</i>
Francesco	<b>DA VIA'</b>	<i>Gs La Piave 2000</i>
Nikolas	<b>LOSS</b>	<i>Atletica Valle Di Cembra</i>
Andrea	<b>PALUMBO</b>	<i>Asd Sicilia Running Team</i>
Luciano	<b>SPETTOLI</b>	<i>Atl. Alessandria</i>

### UNDER 23 DONNE

Aurora	<b>BADO</b>	<i>Free-Zone</i>
Vivien	<b>BONZI</b>	<i>La Recastello Radici Group</i>
Ilaria	<b>BRUNO</b>	<i>Atl Brugnera Pn Friulintagli</i>
Agnese	<b>CARCANO</b>	<i>Atl. Verona Asd Pindemonte</i>
Sara	<b>NESTOLA</b>	<i>Calcestruzzi Corradini Excels.</i>
Greta	<b>SETTINO</b>	<i>Toscana Atl. Empoli Nissan</i>

### UNDER 20 UOMINI

Nicola	<b>BAIOCCHI</b>	<i>Atletica Livorno</i>
Stefano	<b>BENZONI</b>	<i>Atl. Valle Brembana</i>
Vittore Simone	<b>BORROMINI</b>	<i>Toscana Atletica Jolly</i>
Lorenzo	<b>PELLICIARDI</b>	<i>Atl. Iriense Voghera</i>
Francesco	<b>ROPELATO</b>	<i>U.S. Quercia</i>
Federico	<b>SAMMARTINO</b>	<i>A.S.D. C.U.S. Palermo</i>

### UNDER 20 DONNE

Lucia	<b>ARNOLDO</b>	<i>A.Atl. Dolomiti Belluno</i>
Licia	<b>FERRARI</b>	<i>S.A. Valchiese</i>
Elena	<b>RIBIGINI</b>	<i>Atl. Arcs Cus Perugia</i>
Adele	<b>ROATTA</b>	<i>Bracco Atletica</i>
Sofia	<b>SIDENIUS</b>	<i>Bracco Atletica</i>
Margherita	<b>VOLIANI</b>	<i>Atl. Libertas Unicusano Livorno</i>

## Biografie degli atleti/*Athletes Biographies*

### Senior Uomini/*Men*

#### **Luca ALFIERI**

Desio (Monza e Brianza), 31.10.2000, 1.70x60kg

**Società/Club:** Atletica Casone Noceto

**Allenatore/Coach:** Mario Scirè

**Presenze in Nazionale/Caps:** 1

Risiede da sempre a Limbiate (Monza e Brianza). Tutto è cominciato con una campestre scolastica, all'età di nove anni, e da allora non ha più smesso. Si è avvicinato all'atletica con Virginia Lo Giudice e poi sotto la guida di Mario Scirè ha conquistato il suo primo titolo italiano da allievo nel 2016, quello dei 10 chilometri su strada, replicato nella stagione successiva quando ha vinto anche nella campestre di categoria. È stato il miglior azzurro tra gli under 20 agli Europei di cross nel 2017 e poi nel 2019, oltre che tra gli under 23 nel 2021. Ha avuto fratture da stress tra il femore e l'anca (destro nella primavera del 2018, sinistro nel giugno 2022) che lo hanno frenato più volte durante l'estate. Nel 2022 ha vinto i tricolori promesse dei 5000 e del cross. Diplomato al liceo classico di Saronno, studia fisioterapia alla Statale di Milano. Ama leggere libri di ogni genere ed è un appassionato di storia dell'arte.

**Curriculum (10.000m): Coppa Europa (10.000m):** 2022 (37, 5T); **Europei cross:** 2017 (19jr, 7T/U20), 2018 (41jr, 9T/U20), 2019 (19jr, 8T/U20), 2021 (18/U23, 5T/U23), 2022 (25/U23, 5T/U23).

#### **Iliass AOUANI**

Fkih Ben Salah (Marocco), 29.9.1995, 1.77x64kg

**Società/Club:** Fiamme Azzurre

**Allenatore/Coach:** Giuseppe Giambrone

**Presenze in Nazionale/Caps:** 4

Ha vissuto in Marocco soltanto due anni. Poi con la famiglia ha raggiunto il papà, che era già arrivato in Italia, per stabilirsi a Milano in zona Ponte Lambro dopo un periodo trascorso a Sesto San Giovanni. Con la corsa ha cominciato nel 2011, senza aver praticato altri sport in precedenza, invogliato dalle gare studentesche. Ha capito presto di essere portato per le lunghe distanze al campo di San Donato Milanese sotto la guida di Claudio Valisa, già tecnico del campione azzurro Gennaro Di Napoli, vincendo il tricolore dei 5000 juniores nel 2014 con l'Atletica Riccardi. Dopo il liceo scientifico si è trasferito oltreoceano: all'inizio un anno a Beaumont in Texas, alla Lamar University con il coach Tony Houchin, ma ha voluto scegliere una squadra più competitiva e allora ha studiato altri quattro anni a Syracuse nello stato di New York (lo stesso ateneo frequentato da Joe Biden, il presidente degli Stati Uniti) per conseguire la laurea triennale in ingegneria civile e quella magistrale in ingegneria strutturale. Allenato nelle prime due stagioni da Chris Fox e quindi da Brien Bell, nel 2019 ha raggiunto la finale Ncaa sui 10.000 metri. Nel 2021 è tornato in Italia e ha scelto di dedicarsi all'atletica, spostandosi a Ferrara con il coach Massimo Magnani. È diventato il primo a vincere nella stessa stagione i titoli italiani assoluti di cross, 10.000 su pista, 10 km su strada e mezza maratona, migliorandosi su tutte le distanze. Ha realizzato nel 2022 il miglior debutto di sempre in maratona per un azzurro con 2h08:34 a Milano e nel 2023 il record italiano con 2h07:16 a Barcellona. Dall'autunno del 2023 il suo tecnico è Giuseppe Giambrone con il supporto del Tuscany Camp di San Rocco a Pilli (Siena). Tra i suoi hobby c'è la lettura.

**Curriculum (10.000m): Titoli italiani assoluti:** 5 (2021, 10km: 2021, mezza maratona 2021, cross 2021-2022); **Europei:** 2022 (19/maratona, 5T); **Europei U23:** 2015 (14); **Universiadi:** 2019 (4, 5/mezza mar.); **Coppa Europa (10.000m):** 2021 (42, 4T), 2023 (17, 2T); **Europei cross:** 2015 (29/U23, 4T/U23); **Mondiali mezza maratona:** 2023 (40, 8T).

#### **Yassin BOUIH**

Reggio Emilia, 24.11.1996, 1.77x61kg

**Società/Club:** Fiamme Gialle

**Allenatore/Coach:** Vehid Gutic

**Presenze in Nazionale/Caps:** 8

I genitori marocchini si sono trasferiti dalla zona di Casablanca trovando lavoro a Torino e poi in Emilia. Yassin non aveva mai frequentato un campo sportivo, fino a quando nel 2009 il tecnico reggiano Paolo Gilioli non gli ha consigliato di provare e avrebbe preferito cimentarsi nello sprint, ma il suo talento da mezzofondista si è presto rivelato promettente. Una sorpresa il suo primo successo tricolore da allievo nei 1000 metri indoor. Nel 2014 ha vinto l'oro europeo juniores a squadre di cross, nel 2016 quello under 23. Dall'ottobre 2015, arruolato nelle Fiamme Gialle, si è allenato a Castelporziano con Vittorio Di Saverio che ha cominciato a seguirlo nel maggio di quell'anno. Nell'autunno 2018 è passato sotto la guida di Luciano Gigliotti a Modena e quindi nell'estate 2019 a Trento con Massimo Pegoretti, poi nell'autunno 2021 è tornato a Reggio Emilia con

Vehid Gutic. Dal 2022 si dedica anche ai 3000 siepi e ha vinto l'oro con la staffetta mista agli Europei di cross di Venaria Reale. Diplomato all'istituto tecnico (indirizzo relazioni internazionali). La sua grande passione è il canto: fin da piccolo con il beatbox (la riproduzione di suoni degli strumenti con la bocca), poi con il nome d'arte "Buio" ha iniziato a scrivere testi e pubblicare singoli.

**Curriculum (1500m): Titoli italiani assoluti:** 6 (indoor 2017-2018-2020, 3000m indoor 2017-2018-2020); **Mondiali indoor:** 2018 (11/3000m), 2022 (bat/3000m); **Europei indoor:** 2017 (8), 2021 (bat/3000m); **Europei U20:** 2015 (7); **Europei U23:** 2017 (bat); **Mondiali U18:** 2013 (bat); **Gymnasiadi:** 2013 (5/800m); **Europei a squadre:** 2017 (6/3000m), 2021 (4/3000m); **Mondiali cross:** 2015 (82jr, 8T/U20); **Europei cross:** 2014 (41jr, 1T/U20), 2015 (18jr, 2T/U20), 2016 (31/U23, 1T/U23), 2021 (46, 11/T), 2022 (1/mx).

### **Yeman CRIPPA**

Dessiè (Etiopia), 15.10.1996, 1.74x53kg

**Società/Club:** Fiamme Oro Padova

**Allenatore/Coach:** Massimo Pegoretti

**Presenze in Nazionale/Caps:** 18

Campione europeo dei 10.000 nel 2022. È il primatista italiano di 3000, 5000, 10.000 metri e mezza maratona. La guerra civile in Etiopia lo ha strappato alla sua famiglia, originaria del Nord-Est del Paese, portandolo in un orfanotrofio di Addis Abeba e nel 2003 è stato adottato con i fratelli da una coppia milanese, Roberto e Luisa Crippa. La nuova famiglia si è stabilita in Trentino, a Montagne (presso Tione), dove Yemaneberhan (il nome in amarico significa "il braccio destro di Dio") ha giocato a calcio ed è stato avviato alla corsa nell'Atletica Valchiese dal compianto tecnico Marco Borsari, per poi essere seguito da Massimo Pegoretti, ex mezzofondista delle Fiamme Azzurre. Protagonista in tutte le categorie e su tutti i terreni, dalla corsa in montagna (ha vinto nel 2012 la WMRA Youth Cup, una sorta di Mondiale allievi della disciplina) alla campestre. Anche il fratello maggiore Nekagenet è azzurro in ogni specialità. Sui prati, ancora allievo, Yeman ha contribuito nel 2013 al sesto posto mondiale della formazione junior azzurra, miglior piazzamento per un team europeo. Nel 2014 agli Europei di cross ha conquistato l'oro juniores (individuale e a squadre), un titolo confermato nella stagione seguente in cui ha vinto anche il bronzo europeo under 20 nei 5000 metri. Nel 2017 ha stabilito il primato italiano assoluto dei 5000 al coperto in 13:23.99 a Birmingham e si è laureato campione europeo under 23 in volata con un'entusiasmante rimonta. Nel 2018 ha tolto a Francesco Panetta le migliori prestazioni nazionali promesse di 5000 e 10.000 che risalivano al 1985, ma anche quella dei 3000 a Stefano Mei con 7:43.30, e poi è arrivato il bronzo sui 10.000 agli Europei di Berlino. Ai Mondiali di Doha nel 2019 ha battuto dopo trent'anni il record italiano di Salvatore Antibo nei 10.000 con 27:10.76, finendo ottavo. Nel 2020 altri primati nazionali: 5000 (13:02.26 a Ostrava) e 3000 (7:38.27 a Roma), oltre che tra i migliori azzurri di sempre nei 1500 (3:35.26). Un nuovo progresso nel 2021 sui 3000 con 7:37.90. Nel 2022 il record italiano di mezza maratona con 59:26 a Napoli, secondo alltime a livello continentale, e il record europeo nei 5 km su strada (13:14 a Herzogenaurach, in Germania) prima delle due medaglie agli Europei di Monaco (bronzo nei 5000 e oro nei 10.000). Nel 2023 ha debuttato in maratona con 2h08:57. Ha frequentato l'istituto alberghiero. Vive e si allena a Trento.

**Curriculum (10.000m): Titoli italiani assoluti:** 5 (2022, 1500m: 2016, 3000m indoor 2016, cross: 2016-2019); **Giochi olimpici:** 2021 (bat/5000m, 11); **Mondiali:** 2019 (bat/5000m, 8), 2023 (12); **Europei:** 2016 (8/5000m), 2018 (4/5000m, 3), 2022 (3/5000m, 1); **Europei indoor:** 2017 (7/3000m); **Mondiali U20:** 2014 (10/1500m); **Europei U20:** 2015 (3/5000m); **Europei U23:** 2017 (1/5000m); **Mondiali U18:** 2013 (6/1500m); **Giochi del Mediterraneo:** 2018 (3/5000m); **Coppa Europa (10.000m):** 2018 (3), 2019 (1, 1T), 2023 (1, 2T); **Europei a squadre:** 2019 (4/3000m, 1/5000m), 2021 (1/5000m), 2023 (3/5000m); **Mondiali cross:** 2013 (38jr, 6T/U20), 2015 (20jr, 8T/U20); **Europei cross:** 2012 (32jr, 6T/U20), 2013 (7jr, 3T/U20), 2014 (1jr, 1T/U20), 2015 (1jr, 2T/U20), 2016 (3/U23, 1T/U23), 2017 (3/U23, 5T/U23), 2018 (6, 3T), 2019 (2, 10T), 2021 (rit), 2022 (4, 2T).

### **Italo QUAZZOLA**

Borgosesia (Vercelli), 10.5.1994, 1.86x67kg

**Società/Club:** Atletica Casone Noceto

**Allenatore/Coach:** Massimo Magnani

**Presenze in Nazionale/Caps:** 4

Vive a Scopello, in provincia di Vercelli. Una campestre studentesca, conclusa al secondo posto, lo ha convinto a dedicarsi alla corsa allenandosi sulle piste di Mosso, nel Biellese, o di Roccapietra, vicino Varallo, mentre in precedenza aveva praticato sci alpino agonistico (ancora oggi una delle sue passioni) e il calcio (difensore della Dufour Varallo Sesia). Allenato dal tecnico Tiziano Bozzo è stato quinto nel 2013 agli Europei juniores di Rieti sui 3000 siepi, piazzamento ripetuto due anni più tardi fra gli U23. Ha vinto il bronzo under 20 a squadre negli Europei di cross e nel 2016 l'oro under 23 con il team azzurro. Nel 2022 è tornato a migliorarsi dopo tre stagioni su 5000 e 10.000 metri, passando sotto la guida di Massimo Magnani, poi è stato condizionato da due microfrazioni al bacino. Dopo il diploma al liceo linguistico, si è laureato in scienze motorie a Torino e insegna nella scuola superiore oltre a essere impegnato come allenatore a livello

giovanile. Nel tempo libero è un cultore della pesca sui corsi d'acqua della Valsesia. Frequenta gli impianti di Scopello, dove è anche consigliere comunale, e Borgosesia.

**Curriculum (10.000m): Mondiali U20:** 2012 (bat/3000st); **Europei U20:** 2013 (5/3000st); **Europei U23:** 2015 (5/3000st); **Mondiali U18:** 2011 (bat/2000st); **EYOF:** 2011 (2/2000st); **Giochi del Mediterraneo:** 2022 (3/5000m); **Coppa Europa (10.000m):** 2019 (22, 1T), 2021 (27, 4T), 2022 (19, 5T); **Mondiali cross:** 2013 (55jr, 6T/U20); **Europei cross:** 2012 (28jr, 6T/U20), 2013 (48jr, 3T/U20), 2014 (41/U23), 2015 (18/U23, 4T/U23), 2016 (41/U23, 1T/U23).

### **Pasquale SELVAROLO**

Andria, 28.11.1999, 1.86x70kg

**Società/Club:** Fiamme Azzurre

**Allenatore/Coach:** Piero Incalza

**Presenze in Nazionale/Caps:** 3

Il suo sport è stato il basket per otto anni, fino all'under 18, oltre alla passione della mountain bike anche se la disciplina preferita in famiglia è il tennis. Poi ha conosciuto l'atletica nella primavera del 2016 invogliato da Giovanni De Rocco che insegnava nella sua scuola, l'istituto tecnico industriale di Andria, provando una campestre studentesca e subito con buoni risultati. Nel maggio 2018 si è infortunato (frattura da stress al perone) all'esordio in azzurro, nell'incontro U20 di Oderzo, rientrando poi con il successo di due tricolori juniores (10 km e mezza maratona), gli stessi conquistati nel 2019 da promessa. Nel 2021 ha sfiorato il podio agli Europei U23 piazzandosi quarto nei 10.000 su pista. Cresciuto ad Andria, all'inizio del 2022 è entrato nelle Fiamme Azzurre e ha deciso di intraprendere un nuovo percorso, trasferendosi a Modena per farsi seguire da Piero Incalza. Nel 2023 è sceso a 1h00:32 sulla mezza maratona. È un appassionato di padel e un grande ascoltatore di musica al punto da riconoscere con facilità i brani.

**Curriculum (10.000 metri): Europei U23:** 2021 (4); **Coppa Europa (10.000m):** 2022 (20, 5T), 2023 (30, 2T); **Europei cross:** 2018 (30jr, 9T/U20), 2019 (31/U23, 2T/U23), 2021 (61/U23, 5T/U23), 2022 (46, 2T).

## **Senior Donne/Women**

### **Anna ARNAUDO**

Cuneo, 18.10.2000, 1.60x48kg

**Società/Club:** Battaglio Cus Torino

**Allenatore/Coach:** Gianni Crepaldi

**Presenze in Nazionale/Caps:** 4

Cresciuta a Borgo San Dalmazzo (Cuneo). Ha iniziato la pratica agonistica nel 2015 al campo di Cuneo, sotto la guida del tecnico Marco Corino, dedicandosi non solo all'attività su pista ma anche alla corsa in montagna. Proprio da questa specialità è arrivata la prima convocazione in azzurro per gli Europei del 2018 vincendo l'oro con la squadra under 20. Nel marzo del 2019 ha poi iniziato a farsi seguire da Gianni Crepaldi, raggiungendo la finale continentale juniores dei 3000 metri e un altro successo per team nel mountain running ai Mondiali. Ha conquistato nel 2021 l'argento sui 10.000 agli Europei U23, migliorandosi notevolmente in tutte le distanze del mezzofondo, e poi l'oro a squadre nel cross alla rassegna europea di categoria. Nel 2022 ha superato con 32:09.54 la migliore prestazione italiana under 23 dei 10.000 che resisteva da 33 anni e anche nella mezza maratona all'esordio sulla distanza con 1h11:39, riscritta dopo vent'anni. Dopo un periodo meno brillante, anche per gli impegni di studio, nel 2023 si è aggiudicata il tricolore della mezza. Nel tempo libero ama disegnare, tra i suoi hobby in passato anche il teatro e la chitarra. Laureata con lode in ingegneria informatica al Politecnico di Torino.

**Curriculum (10.000m): Titoli italiani assoluti:** 3 (2022, 5000m: 2021, mezza maratona 2023); **Europei U20:** 2019 (10/3000m); **Europei U23:** 2021 (2); **Giochi del Mediterraneo:** 2022 (10/3000st); **Coppa Europa (10.000m):** 2021 (17, 2T), 2022 (7, 4T), 2023 (rit); **Europei cross:** 2019 (32jr, 2T/U20), 2021 (6/U23, 1T/U23), 2022 (19/U23, 2T/U23); **Mondiali montagna:** 2019 (9jr, 1T/U20); **Europei montagna:** 2018 (11jr, 1T/U20).

### **Nadia BATTOCLETTI**

Cles (Trento), 12.4.2000, 1.68x49kg

**Società/Club:** Fiamme Azzurre

**Allenatore/Coach:** Giuliano Battocletti

**Presenze in Nazionale/Caps:** 7

È di Cavareno, in Val di Non. Il papà-coach Giuliano è un ex campione del mezzofondo azzurro, però anche la mamma Jawhara Saddougui ha un passato da atleta sulle piste marocchine. Nadia è una podista a tutto tondo: ha praticato con successo il cross, la corsa su strada, in montagna (ha vinto la WMRA Youth Cup del

2017) e la pista (bronzo in rimonta nei 3000 agli Europei U20 di Grosseto, ancora da allieva) vantando un palmarès invidiabile in ogni disciplina. Ai Mondiali di campestre tra le under 20 è stata la migliore delle atlete europee nel 2017 (e anche nel 2019) vincendo poi l'argento per team alla rassegna continentale. Nel 2018 agli Europei di cross ha conquistato l'oro under 20, prima medaglia individuale per un'azzurra nella storia di questa manifestazione, replicato nella stagione successiva. Si è messa al collo l'argento nei 5000 agli Europei U20 del 2019 e ha riscritto dopo quarant'anni il record italiano juniores dei 3000 metri con 9:04.46. Ha realizzato nel 2021 la migliore prestazione nazionale under 23 nei 3000 con 8:54.91 e a più riprese quella dei 5000 fino a 14:46.29 con il settimo posto alle Olimpiadi, seconda azzurra di sempre (con un tempo che in Italia mancava dal 1997) oltre ai successi agli Europei a squadre, agli Europei U23 su pista e nel cross (individuale e con il team azzurro di categoria). Nel 2022 il suo primo record italiano assoluto, sui 3000 indoor con 8:41.72, quello nei 5 km di corsa su strada (15:13) e il quarto oro consecutivo agli Europei di cross. Ha debuttato sui 10.000 nel 2023 conquistando il tricolore e poi sfiorando il primato nazionale con 31:06.42, mentre ha stabilito il record italiano sui 5000 in 14:41.30 a Londra e nei 10 km con 31:36 a Pescara. Nei 5 km su strada è stata quinta ai Mondiali in 14:45 a un secondo dal primato europeo. È cresciuta allenandosi sulla pista di Cles e nello sterrato dei percorsi boschivi. Diplomata al liceo scientifico, si è trasferita a Trento per frequentare il corso di laurea in ingegneria edile e architettura. Ascolta volentieri la musica hardstyle e ama leggere romanzi.

**Curriculum (5000m): Titoli italiani assoluti:** 9 (2018-2020-2023, 1500m: 2021, 10.000: 2023, cross: 2021-2022-2023, 10km: 2023); **Giochi olimpici:** 2021 (7); **Mondiali:** 2023 (16); **Europei:** 2022 (7); **Europei indoor:** 2023 (4/3000m); **Mondiali U20:** 2018 (8/3000m); **Europei U20:** 2017 (3/3000m), 2019 (2); **Europei U23:** 2021 (1); **Europei U18:** 2016 (6/3000m); **Europei a squadre:** 2021 (1), 2023 (1); **Mondiali cross:** 2017 (34jr, 16T/U20), 2019 (23jr); **Europei cross:** 2017 (5jr, 2T/U20), 2018 (1jr, 5T/U20), 2019 (1jr, 2T/U20), 2021 (1/U23, 1T/U23), 2022 (1/U23, 2T/U23); **Mondiali corsa su strada:** 2023 (5/5km).

### **Valentina GEMETTO**

Saluzzo (Cuneo), 4.2.1998, 1.60x48kg

**Società/Club:** Dk Runners Milano

**Allenatore/Coach:** Federico Leporati, Barbara Verna

È cresciuta a Gambasca (Cuneo). Ha cominciato presto, in prima elementare a una non competitiva, sull'esempio di papà Maurizio, campione mondiale junior di corsa in montagna nel 1992, e della mamma Barbara Verna, che ha indossato la maglia azzurra della specialità. Valentina ha provato anche la ginnastica artistica, ma solo per pochi mesi, dedicandosi quindi all'atletica: nel 2015 ha vinto il titolo italiano allieve dei 3000 metri, nel 2016 il bronzo mondiale a squadre nel mountain running. Dopo essere stata seguita dai genitori, nel 2017 è passata sotto la guida di Gianni Crepaldi fino alla stagione successiva quando ha avuto un calo di motivazione per un infortunio. In un cross all'inizio del 2019 è risultata positiva a un controllo antidoping per benzoilecgonina, squalificata per due anni. Ha ripreso a correre durante il lockdown del 2020 sul tapis roulant ed è tornata a essere competitiva nel 2022 allenata dalla mamma. Nel 2023 ha avviato la collaborazione tecnica con Federico Leporati cogliendo una serie di piazzamenti sul podio alle rassegne tricolori e migliorando i personali su tutte le distanze. Diplomata in ragioneria, ha lavorato in uno studio commercialistico ma dall'estate del 2022 gestisce un'azienda agricola e vive a Roccabruna, sempre in provincia di Cuneo.

**Curriculum (5000m): Europei U20:** 2017 (7); **Mondiali cross:** 2017 (81jr, 16T/U20); **Mondiali montagna:** 2016 (29jr, 3T/U20).

### **Rebecca LONEDO**

Arzignano (Vicenza), 5.12.1996, 1.71x52kg

**Società/Club:** Fiamme Oro Padova

**Allenatore/Coach:** Stefano Baldini

**Presenze in Nazionale/Caps:** 7

Vicentina di Sovizzo, ha praticato danza e nuoto per entrare poi in contatto con l'atletica grazie alle campestri scolastiche che l'hanno portata al mezzofondo, seguita da Diana Tomasi. Dopo il terzo posto da allieva nel cross tricolore del 2013 è stata bloccata da un infortunio e allora nel 2016 si è spostata ad allenarsi nell'impianto di Dueville, per ricevere i consigli di Gianni Faccin. Nel 2018 ha conquistato il suo primo titolo italiano, quello dei 10.000 under 23 su pista. Dal febbraio 2021 si è trasferita a Rubiera (Reggio Emilia) sotto la guida tecnica dell'olimpionico Stefano Baldini e poi in autunno ha esordito in mezza maratona correndola subito in meno di 1h12. Nel 2023 è scesa a 1h10:57 sulla mezza. Entrambi i genitori, medici di professione, sono molto sportivi tant'è che la mamma è un'appassionata podista. Laureata in scienze motorie, tra i suoi hobby c'è la fotografia.

**Curriculum (10.000m): Giochi del Mediterraneo:** 2022 (7/mezza mar.); **Coppa Europa (10.000m):** 2019 (58, 3T), 2021 (24, 2T), 2022 (24, 4T), 2023 (21, 4T); **Europei cross:** 2018 (19/U23, 7T/U23), 2019 (33, 5T), 2021 (17, 8T).

**Elisa PALMERO**

Pinerolo (Torino), 10.7.1999, 1.67x49kg

**Società/Club:** Esercito

**Allenatore/Coach:** Piero Incalza, Najibe Marco Salami

**Presenze in Nazionale/Caps:** 1

Cresciuta a Perosa Argentina (Torino), ha cominciato presto a frequentare i campi con la maglia dell'Atletica Pinerolo, spinta alla corsa dalle giocose Miniolimpiadi della Val Chisone dopo aver praticato ginnastica artistica e danza classica, mentre il papà è maestro di sci. Dopo aver iniziato sotto la guida di Simonetta Callegari, è passata ad allenarsi nel 2017 con Luca Tizzani. Il primo podio ai campionati italiani già da cadetta, con il secondo posto sui 1200 siepi nel 2014, quindi altri piazzamenti tricolori soprattutto nei 1500 alle rassegne allieve e juniores. È entrata nel centro sportivo dell'Esercito dalla fine del 2019, seguita da Elisa Cusma a Modena, frenata però da due microfratture nelle stagioni successive. Dal settembre 2022 è allenata da Piero Incalza in collaborazione con Najibe Marco Salami. Nel 2023 è stata seconda sui 3000 agli Assoluti indoor e al cross tricolore, poi ha debuttato in Nazionale assoluta. Diplomata al liceo scienze umane, è laureata in scienze motorie. Nel tempo libero ama il cinema e la lettura, anche su testi di filosofia, oltre allo sci nei mesi invernali.

**Curriculum (10.000m): Coppa Europa (10.000m):** 2023 (12, 4T); **Mondiali U20:** 2018 (bat/1500m); **Europei cross:** 2018 (18jr, 5T/U20).

**Federica ZANNE**

Brescia, 14.8.1997, 1.70x55kg

**Società/Club:** Esercito

**Allenatore/Coach:** Elisa Cusma

**Presenze in Nazionale/Caps:** 2

Insieme alla gemella Giulia ha praticato ginnastica artistica per sei anni, ma poi in terza media le due sorelle di Bovezzo, in Val Trompia, si sono cimentate nelle campestri studentesche, iniziando l'attività nell'atletica a Brescia con il tecnico Adriano Serina. Un percorso in comune nello sport, anche se a scuola non sono mai state nella stessa classe: alle elementari per volontà dei genitori, poi hanno proseguito questa scelta. Nella corsa in montagna Federica ha partecipato ai Mondiali juniores del 2016, mettendosi al collo un bronzo a squadre che mancava all'Italia da quindici anni, dopo i due tricolori di staffetta vinti insieme alla sorella. Nel 2019 si è migliorata su pista, con il nono posto nei 5000 agli Europei U23 e il quinto alla rassegna continentale di categoria nel cross. Diplomata al liceo scientifico, ha conseguito la laurea magistrale in scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate, frequentando poi un master. Si è trasferita a Modena dal novembre 2023 per farsi allenare da Elisa Cusma. Nel tempo libero ama viaggiare, cucinare dolci e fare passeggiate con il suo cane, un golden retriever.

**Curriculum (5000m): Europei U23:** 2019 (9); **Europei cross:** 2016 (40jr, 7T/U20), 2017 (28/U23, 9T/U23), 2018 (23/U23, 7T/U23), 2019 (5/U23, 8T/U23), 2021 (40, 8T), 2022 (50, 7T); **Mondiali montagna:** 2016 (11jr, 3T/U20).

## **Staffetta mista/Mixed Relay**

**Pietro ARESE**

Torino, 8.10.1999, 1.89x69kg

**Società/Club:** Fiamme Gialle

**Allenatore/Coach:** Silvano Danzi

**Presenze in Nazionale/Caps:** 8

È di San Mauro Torinese, nell'hinterland a nord-est del capoluogo piemontese, e non ha alcuna relazione familiare con il grande campione azzurro Franco Arese. Fino al settembre 2013 è stato un pallavolista nel Sant'Anna di Torino, opposto di ruolo. Ha deciso di cominciare con l'atletica per curiosità di provare la sensazione di correre in pista e di toccarla: all'inizio nel lungo, ma pochi mesi più tardi era già impegnato da mezzofondista alla rassegna tricolore cadetti, allenandosi a Settimo Torinese con Flavio Schiavino e anche al Nebiolo di Torino con l'ex iridato di canottaggio Nerio Gainotti. In più di un'occasione ha fatto doppietta di titoli italiani giovanili vincendo nelle siepi e sui 1500 metri. Dall'autunno 2018 è entrato nel College del Mezzofondo a Varese, dove si è laureato in ingegneria per la sicurezza del lavoro e dell'ambiente, passando sotto la guida tecnica di Silvano Danzi. Nella stagione indoor 2021 si è messo in evidenza per i due successi (1500 e 3000) agli Assoluti, con altrettanti progressi personali, poi all'aperto ha corso nei 1500 in 3:37.23, un tempo che sui 1500 non si vedeva da quasi vent'anni per un under 23 italiano. Nel 2022 ha avvicinato tre volte il record nazionale indoor fino a mancarlo di due centesimi con 3:37.31 in batteria ai Mondiali di Belgrado e ha sfiorato il podio agli Europei di Monaco piazzandosi quarto in 3:35.00 con il miglior crono dal 1996 a livello nazionale,

poi agli Europei di cross di Venaria Reale ha vinto l'oro con la staffetta mista. Nella stagione indoor 2023 con 3:55.71 ha battuto il record italiano del miglio dopo 50 anni e all'aperto è sceso a 3:33.11, secondo azzurro di sempre. È un grande appassionato di "Lego", ha studiato pianoforte e lo suona ancora per svago.

**Curriculum (1500m): Titoli italiani assoluti:** 4 (2023, indoor 2021-2023, 3000m indoor 2021); **Mondiali:** 2023 (sf); **Europei:** 2022 (4); **Mondiali indoor:** 2022 (8); **Europei indoor:** 2021 (bat), 2023 (5); **Mondiali U20:** 2018 (bat); **Europei U20:** 2017 (10/3000st); **Europei U23:** 2019 (12), 2021 (bat); **Europei U18:** 2016 (12/2000st); **Giochi del Mediterraneo:** 2022 (4); **Europei a squadre:** 2023 (4); **Europei cross:** 2018 (39jr, 9T/U20), 2021 (22/U23, 5T/U23), 2022 (1/mx).

### **Ossama MESLEK**

Vicenza, 8.1.1997, 1.80x61kg

**Società/Club:** Esercito

**Allenatore/Coach:** Matthew Yates

**Presenze in Nazionale/Caps:** 6

È il primatista italiano indoor dei 1500 metri (3:37.29 a Birmingham nel 2022). Nato a Vicenza da genitori marocchini che da tempo vivevano in Italia perché il padre si era trasferito per lavoro. Dopo tre anni trascorsi a Longare, in provincia di Vicenza, nel 2000 è tornato in Marocco dove è rimasto per sette anni con la famiglia che nel 2007 si è spostata a Leeds, in Inghilterra. Ha giocato a calcio, poi nel 2014 si è messo in evidenza nelle gare scolastiche e ha iniziato con l'atletica, allenato da Philip Townsend. È stato ottavo in maglia azzurra sui 1500 agli Europei under 23 del 2019 e in precedenza quell'anno ha conquistato anche il suo primo titolo tricolore assoluto, sui 3000 indoor. Dall'ottobre del 2020 è passato sotto la guida tecnica di Matthew Yates, oro da atleta agli Europei indoor di Genova nel 1992. Nella stagione al coperto 2022 è diventato il terzo azzurro di sempre nei 3000 in sala (7:44.45) e quindi nei 1500 è riuscito a battere un record italiano che resisteva da 25 anni prima di stabilire i personali anche outdoor con 3:36.04 e 7:43.63. Si è migliorato all'aperto nel 2023 fino a 3:33.92, quarto alltime a livello nazionale, e ha vinto il concorso per entrare nell'Esercito. Laureato in ingegneria meccanica nel 2020 all'università di Huddersfield, ha poi conseguito un master a Loughborough. È un appassionato di Formula 1 e di automobili.

**Curriculum (1500m): Titoli italiani assoluti:** 3 (2022, 3000m indoor 2019-2023); **Mondiali:** 2023 (bat); **Europei:** 2022 (bat); **Mondiali indoor:** 2022 (bat/3000m); **Europei indoor:** 2023 (fin); **Europei U23:** 2019 (8); **Giochi del Mediterraneo:** 2022 (3); **Europei cross:** 2021 (8/mx).

### **Gaia SABBATINI**

Teramo, 10.6.1999, 1.75x57kg

**Società/Club:** Fiamme Azzurre

**Allenatore/Coach:** Andrea Ceccarelli

**Presenze in Nazionale/Caps:** 7

Ha iniziato a fare sport con nuoto e danza ma ha sempre avuto la passione della corsa e così, quando la sorella Eva ha cominciato a praticare atletica, al campo di Teramo è stata invogliata a provare da Paola Marcone, che era la sua insegnante alla scuola media. Sotto la guida del tecnico Marcello Vicerè si è presto specializzata sulle distanze del mezzofondo e per due anni di fila, 2013 e 2014, solo Marta Zenoni l'ha battuta sui 1000 ai Tricolori cadetti. Ha vinto i suoi primi titoli italiani da junior negli 800 e poi ha scelto di cimentarsi soprattutto nei 1500 metri. Dal novembre 2018 si è trasferita a Roma per farsi seguire da Andrea Ceccarelli nell'impianto di Castelporziano. Nel 2021 è arrivato il notevole salto di qualità con un progresso di oltre nove secondi fino a 4:02.25 (seconda italiana di sempre) dopo il personale abbattuto anche negli 800 metri (2:00.75) e la medaglia d'oro agli Europei under 23. Poi nel 2022 ha stabilito il record nazionale nei 1000 indoor (2:38.67) e ha riscritto ancora il suo primato nei 1500 all'aperto con 4:01.93 (miglior crono di un'azzurra dal 1982) fino a vincere l'oro in staffetta agli Europei di cross. Nel 2023 dopo un infortunio invernale è scesa a 4:01.24. Fin da piccola, tra escursioni e sciate sul Gran Sasso, è cresciuta anche con l'amore per la montagna trasmesso dal papà Pino, guida alpina, prematuramente scomparso nel 2014 per una valanga. È molto popolare sui social, con profili da lei curati personalmente. Studia psicologia.

**Curriculum (1500m): Titoli italiani assoluti:** 3 (indoor 2020-2021, 800m indoor 2022); **Giochi olimpici:** 2021 (sf); **Mondiali:** 2022 (sf), 2023 (sf); **Europei:** 2022 (9); **Europei indoor:** 2021 (bat); **Mondiali U20:** 2018 (bat); **Europei U20:** 2017 (8); **Europei U23:** 2021 (1); **Europei a squadre:** 2021 (1); **Europei cross:** 2022 (1/mx).

### **Marta ZENONI**

Bergamo, 9.3.1999, 1.80x60kg

**Società/Club:** Luiss

**Allenatore/Coach:** Emilio De Bonis

**Presenze in Nazionale/Caps:** 1

È arrivata come un ciclone nel settore giovanile riscrivendo molte migliori prestazioni italiane del mezzofondo cadette e allieve, già fissate a un elevato livello. In famiglia c'era chi aveva tracciato la strada come la



mamma Patrizia, podista in gioventù, o come la sorella maggiore Federica, già in azzurro nelle nazionali di categoria, che ha seguito nelle gare studentesche. Ha iniziato con il nuoto, poi ha preferito l'atletica. Alla prima campestre scolastica, poco esperta, era partita per ultima, ma ha rimontato fino al successo. Il suo primo tecnico è stato Achille Ventura passando poi sotto la guida di Saro Naso. Nel 2015 ha vinto la sua prima medaglia in una rassegna internazionale, il bronzo degli 800 ai Mondiali under 18 di Cali, e il suo primo titolo italiano assoluto a Torino. Nel 2016 è scesa fino a 2:01.91 sugli 800 metri, poi una serie di stop dovuti ai problemi al piede destro. La stagione 2019 è quella del rientro: in inverno e quindi all'aperto, fino al bronzo nei 1500 agli Europei under 23, mentre nel 2021 ha conquistato l'argento nella stessa manifestazione. Si è diplomata al liceo scientifico, è cresciuta a Pedrengo e poi ha vissuto a Ranica, alle porte di Bergamo. Dal 2022 è tesserata con la Luiss di Roma, dove studia economia e management, allenata da Emilio De Bonis migliorandosi nei 1500 in 4:07.29 e anche sui 3000 con 8:50.58. Nel febbraio 2023 è stata operata a entrambi i tendini d'Achille. Ha suonato clarinetto e pianoforte, ma è anche un'appassionata di ciclismo e mountain bike.

**Curriculum (1500m): Titoli italiani assoluti:** 6 (2019, 1500m indoor 2016, 800m 2015, 800m indoor 2016, 5000m 2019, cross corto 2019); **Europei U23:** 2019 (3), 2021 (2); **Mondiali U18:** 2015 (3/800m); **Europei a squadre:** 2019 (9, 2/3000m).

### **Mohad ABDIKADAR**

Bulahawo (Somalia), 12.6.1993, 1.75x63kg

**Società/Club:** Aeronautica Militare

**Allenatore/Coach:** Liberato Pellicchia

**Presenze in Nazionale/Caps:** 11

È arrivato in Italia, a Sezze (Latina), nel gennaio 2006 in compagnia di due fratelli uno dei quali, Mohamed, è un discreto mezzofondista. La famiglia proviene dal Nord-Est della Somalia, una zona di confine teatro di una feroce guerra civile condotta dai guerriglieri islamisti: da qui lo status di "rifugiato" e il dimezzamento a cinque anni del termine previsto per la naturalizzazione. Cittadino italiano dal maggio 2011, ha esordito lo stesso anno in maglia azzurra agli Europei juniores di Tallinn, dove nel 2015 ha conquistato l'argento europeo under 23. Ha cominciato con l'atletica nel luglio 2007, tramite un amico che conosceva Andrea Orlandi, poi diventato il suo allenatore fino al dicembre 2016 quando si è trasferito a Trento per farsi seguire da Massimo Pegoretti. Al Golden Gala di Roma nel 2018, con 3:36.54 sui 1500 metri, ha realizzato un tempo che per un italiano mancava da dieci anni. Dall'autunno del 2022 è passato sotto la guida tecnica di Liberato Pellicchia. Nel 2023 si è migliorato di quasi tre secondi con 3:33.79, terzo azzurro di sempre. Diplomato in ragioneria.

**Curriculum (1500m): Titoli italiani assoluti:** 3 (2014-2015, indoor 2016); **Europei:** 2014 (bat), 2016 (bat), 2018 (10); **Europei indoor:** 2013 (bat); **Mondiali U20:** 2012 (10); **Europei U20:** 2011 (8); **Europei U23:** 2015 (2); **Giochi del Mediterraneo:** 2018 (5); **Europei a squadre:** 2014 (12); **Europei cross:** 2017 (6/mx), 2018 (11/mx), 2021 (8/mx); **Mondiali corsa su strada:** 2023 (26/miglio).

### **Micol MAJORI**

Milano, 4.6.1998, 1.65x56kg

**Società/Club:** Pro Sesto Atletica Cernusco

**Allenatore/Coach:** Stefano Baldini

**Presenze in Nazionale/Caps:** 4

Un gruppo di amici l'ha convinta a provare, in prima media, e ha cominciato a frequentare il campo XXV Aprile a Milano, nella delegazione della Fanfulla nel capoluogo lombardo con il tecnico Luca Di Gennaro: all'inizio con l'idea della velocità, spostandosi presto al mezzofondo, pur avendo praticato oltre al nuoto anche lo sci alpino seguendo l'esempio del papà, originario di Bormio. Non è l'unica atleta della famiglia: il cugino Marco nel 2003 ha vinto il titolo italiano juniores di campestre, per guadagnarsi la convocazione ai Mondiali, mentre l'altro cugino Andrea ha indossato l'azzurro nel biathlon. Dal marzo 2017 si è allenata con Vincenzo Leggieri, in collaborazione con Alessio Lombardi per la preparazione atletica, recandosi periodicamente a Cernusco sul Naviglio. Dopo l'improvvisa scomparsa del suo tecnico, nell'agosto 2020, il gruppo di mezzofondo è passato sotto la guida di Adolfo Rotta che era stato il coach di Leggieri. Nel 2023 è scesa a 4:09.43 sui 1500 metri e poi in ottobre si è trasferita a Modena per farsi allenare da Stefano Baldini. È una sportiva a 360 gradi: amante della montagna, dallo sci alpinismo all'arrampicata, invece d'estate è un'appassionata di vela, oltre a leggere nel tempo libero. Diplomata al liceo classico, è laureata magistrale con il massimo dei voti in ingegneria civile al Politecnico di Milano, dove ha ricevuto la borsa di studio per meriti sportivi.

**Curriculum (5000m): Titoli italiani assoluti:** 1 (2022); **Europei indoor:** 2023 (bat/3000m); **Europei a squadre:** 2021 (5/3000m); **Europei cross:** 2017 (51jr, 2T/U20), 2019 (43/U23, 8T/U23), 2021 (8/mx).

## U23 Uomini/Men

### Nicolò BEDINI

Motta di Livenza (Treviso), 4.12.2002, 1.75x60kg

**Società/Club:** Gp Parco Alpi Apuane

**Allenatore/Coach:** Francesco Fracassini

È di Fontanelle (Treviso), nato in Italia da genitori albanesi che si erano già trasferiti in Veneto. Ha giocato a basket e anche a calcio, poi in prima media ha scoperto l'atletica con le campestri scolastiche iniziando a gareggiare su strada, seguito da Domenico Zigoni a Oderzo, ma in famiglia anche il fratello maggiore Davide e la mamma Marjana si sono appassionati alla corsa. Nel 2018 è passato sotto la guida di Giorgio Bolzan mentre nella stagione successiva ha vinto i titoli italiani allievi di cross e nei 3000 su pista. Ha il diploma di geometra e nel settembre del 2021 si è spostato a Perugia, dove studia scienze motorie, per farsi allenare da Francesco Fracassini. Nonostante un paio di stagioni condizionate dagli infortuni, ha ripreso nella primavera del 2022 tornando sul podio tricolore, piazzandosi terzo nei 5000 promesse. Nel 2023 ha vinto il titolo di categoria sui 5000 metri, dopo il terzo posto nel cross e il secondo nei 10.000 prima di partecipare agli Europei U23. Nel tempo libero ama suonare il pianoforte e cantare.

**Curriculum (10.000m): Europei U23:** 2023 (12).

### Alain CAVAGNA

San Giovanni Bianco (Bergamo), 27.6.2001, 1.72x60kg

**Società/Club:** Atletica Valle Brembana

**Allenatore/Coach:** Massimo Pegoretti

Vive ad Antea nel comune di San Pellegrino Terme, in provincia di Bergamo. L'atletica è di casa, in particolare la corsa in montagna: dal papà Isidoro ex azzurro (ottavo nei Mondiali juniores del 1985 a San Vigilio di Marebbe dove ha conosciuto Manola Dall'Oglio che era giudice di gara e poi è diventata sua moglie), al fratello maggiore Nadir che ha vinto l'argento iridato a squadre nel 2018 al debutto in Nazionale assoluta. E così Alain ha iniziato fin da piccolo a correre, praticando per divertimento anche pattinaggio a rotelle e calcio. Nel 2017 ha conquistato la WMRA Youth Cup e dalla fine di quell'anno, dopo essere stato seguito dal papà, si è allenato con Roberto Ferrari nell'impianto di Zogno e sulla ciclabile della Valle Brembana. Dal 2018 si è messo in luce anche su pista con la partecipazione agli Europei di ogni categoria. Nell'aprile del 2023 è passato sotto la guida di Massimo Pegoretti e si reca periodicamente a Trento. Diplomato in meccatronica all'istituto tecnico.

**Curriculum (5000m): Europei U20:** 2019 (15/3000m); **Europei U23:** 2021 (9); **Europei U18:** 2018 (12/3000m); **Europei cross:** 2018 (49jr, 9T/U20), 2022 (61/U23, 5T/U23); **Europei montagna:** 2019 (2jr, 3T/U20).

### Francesco DA VIÀ

Feltre (Belluno), 8.3.2001, 1.80x60kg

**Società/Club:** Gs La Piave 2000

**Allenatore/Coach:** Gionni Schievenin

È di Domegge di Cadore (Belluno). Dopo aver praticato diversi sport, ha iniziato per gioco con l'atletica nel 2012 al campo di Vallesella seguito da Barbara De Ros. Nel 2018 è passato sotto la guida di Gionni Schievenin a Mel di Borgo Valbelluna dedicandosi al mezzofondo veloce e prolungato, poi nel 2021 è rimasto fermo per una microfrattura alla tibia destra. Nel 2023 è salito sul podio tricolore con il secondo posto nei 10 km di corsa su strada. Diplomato al professionale enogastronomico e ospitalità alberghiera di Cortina d'Ampezzo, frequenta il corso di laurea in scienze e cultura del cibo a Udine. Nel tempo libero ascolta volentieri musica di ogni genere.

### Nikolas LOSS

Feltre (Belluno), 29.10.2001, 1.80x69kg

**Società/Club:** Atletica Valle di Cembra

**Allenatore/Coach:** Ivano Pellegrini

Vive a Mezzano (Trento), in valle di Primiero. Per circa dieci anni si è dedicato alla corsa di orientamento, una passione ereditata dal papà, partecipando anche a competizioni internazionali. Nel 2019 tramite un altro specialista dell'orientamento, Damiano Bettega, ha avuto il primo approccio con l'atletica e dopo aver vinto una campestre è entrato in contatto con il tecnico Modesto Bonan all'Ana Feltre mentre dal 2021 è passato all'Us Primiero con Giacinto De Cataldo. Dal marzo del 2022 il suo coach è Ivano Pellegrini, a Trento e anche nell'impianto di Masen di Giovo. Ha studiato all'istituto professionale lavorando poi nella struttura ricettiva di famiglia. Nel 2023 si è migliorato su pista, con piazzamenti ai Tricolori di categoria, quindi a settembre si è spostato a Trento per dedicarsi principalmente all'atletica, oltre che all'impiego di aiuto cuoco. È un amante della montagna.

**Andrea PALUMBO**

Francavilla Fontana (Brindisi), 22.6.2001, 1.80x62kg

**Società/Club:** Sicilia Running Team

**Allenatore/Coach:** Pietro Sternativo

È l'ultimo di cinque fratelli, in una famiglia numerosa che a Francavilla Fontana (Brindisi) lo sostiene nell'attività di atleta. Dopo aver vinto una campestre scolastica, in prima media, è stato scoperto da Pietro Vasta e quindi ha iniziato a gareggiare per l'Atletica Amatori Cisternino. Dal 2018 si allena sotto la guida di Piero Sternativo, primo tecnico del compianto azzurro Cosimo Caliandro che è il suo idolo. Nel 2021 si è piazzato terzo ai Tricolori promesse di cross e quarto nei 10.000 metri, poi a causa di infortuni al tibiale nel 2022 e in parte nel 2023 non è riuscito a esprimersi al meglio. Nel tempo libero ha la passione di andare a cavallo. Ha studiato all'istituto tecnico informatico industriale e lavora in un'azienda.

**Luciano SPETTOLI**

Alessandria, 9.11.2001, 1.85x62kg

**Società/Club:** Atletica Alessandria

**Allenatore/Coach:** Francesco Labate

Il cognome si pronuncia con l'accento sulla prima sillaba. È stato invogliato all'atletica dai genitori, dopo aver praticato nuoto e calcio, iniziando sul serio nel 2017 seguito da Beatrice Brossa, che ha allenato la maratoneta azzurra Valeria Straneo per buona parte della carriera. Alla fine del 2021 è passato sotto la guida di Francesco Labate con progressi cronometrici in tutte le distanze del mezzofondo, in particolare sui 1500 metri. La sua altra grande passione è per i numeri: si è qualificato più volte per le finali nazionali delle Olimpiadi di matematica. Frequenta il corso di laurea magistrale in matematica a Trieste, dopo la triennale a Pavia. Ha l'hobby della fotografia ed è un amante delle piante.

## U23 Donne/Women

**Aurora BADO**

Imperia, 24.8.2002, 1.60x45kg

**Società/Club:** Freezone

**Allenatore/Coach:** Riccardo Bado

In pratica ha cominciato prima a correre che a camminare, partecipando a qualche garetta da piccolissima: la mamma è Ornella Ferrara, una delle migliori maratonete azzurre di sempre e bronzo ai Mondiali nel 1995, ma anche il papà Corrado è un valido specialista delle lunghe distanze. Ha iniziato però con altri sport, in particolare ginnastica artistica, poi a 11 anni ha scelto di dedicarsi all'atletica. Nel 2019 il suo primo titolo italiano (6 km allieve su strada), nel 2021 dopo un infortunio si è guadagnata la convocazione agli Europei U20 sui 3000 siepi pur avendo poca esperienza nella specialità e ha vinto il tricolore juniores nei 10 km su strada. Dopo essere stata allenata dai genitori, alla fine del 2021 ha iniziato a farsi seguire dal fratello Riccardo. Nel 2022 è scesa a 1h12:03 sulla mezza maratona, quindi nel 2023 si è messa al collo il bronzo europeo U23 dei 10.000 metri e ha debuttato in maratona con 2h36:10 a Francoforte. Diplomata all'istituto tecnico agroalimentare, studia scienze dell'alimentazione e gastronomia con l'obiettivo di diventare nutrizionista. Nel tempo libero ama sperimentare ricette, ma anche disegnare e dipingere per esprimere la propria creatività.

**Curriculum (10.000m): Europei U20:** 2021 (bat/3000st); **Europei U23:** 2023 (3); **Europei cross:** 2021 (33jr, 7T/U20), 2022 (14/U23, 2T/U23).

**Vivien BONZI**

Seriate (Bergamo), 26.6.2001, 1.67x48kg

**Società/Club:** La Recastello Radici Group

**Allenatore/Coach:** Tito Tiberti

**Presenze in Nazionale/Caps:** 3

Vive a Sorisole, alle porte di Bergamo. Da piccola ha praticato nuoto e ginnastica artistica, ma non a livello agonistico. Ha iniziato a correre dopo il lockdown del 2020 partecipando per divertimento a gare non competitive in montagna. Si è rivelata nel 2021 quando è stata la migliore delle promesse al traguardo nella prima tappa tricolore sui sentieri e poi ha cominciato a farsi seguire da Tito Tiberti. Nel 2022 ha conquistato il tricolore under 23 di corsa in montagna debuttando in azzurro ai Mondiali in Thailandia, dopo aver rinunciato agli Europei per un problema fisico, e nel 2023 è riuscita a vincere anche il titolo assoluto. Si allena soprattutto in pista a Bergamo e su terreno pianeggiante nella ciclabile della Valle Seriana. Diplomata al liceo scientifico, studia tecniche di laboratorio biomedico all'ateneo di Milano-Bicocca. Nel tempo libero ama

cucinare dolci.

**Curriculum (corsa in montagna): Titoli italiani assoluti:** 1 (2023); **Mondiali montagna:** 2022 (32 u&d, 5T), 2023 (32 up, 4T; 41 u&d, 6T).

### **Ilaria BRUNO**

Pordenone, 10.3.2002, 1.64x52kg

**Società/Club:** Atletica Brugnera Friulintagli

**Allenatore/Coach:** Matteo Chiaradia

È di Cordenons (Pordenone). Dopo aver giocato a pallavolo, ha cominciato insieme alla sorella maggiore Greta nel 2013 in un cross scolastico per poi tesserarsi con la Libertas Porcia, allenata Nadia Putto e Rudi Trost, il papà dell'azzurra Alessia. Dal 2018 viene seguita dal tecnico Matteo Chiaradia a Sacile, ma frequenta anche gli impianti di Pordenone e di Udine. Ha vinto il titolo italiano juniores dei 3000 metri nel 2020 e di cross nel 2021 prima di essere in quell'anno la migliore delle under 20 azzurre agli Europei di campestre. Nel 2023 è scesa a 10:18.82 sui 3000 siepi. Ha studiato al liceo scientifico, partecipando anche alle Olimpiadi di matematica. È iscritta al corso di laurea in matematica a Udine dove è allieva della scuola superiore universitaria. Ama trascorrere il tempo libero in montagna.

**Curriculum: Europei cross:** 2021 (16jr, 7T/U20).

### **Agnese CARCANO**

Verona, 27.6.2003, 1.67x57kg

**Società/Club:** Atletica Verona Pindemonte

**Allenatore/Coach:** Giuseppe Turrini

L'amore per lo sport arriva dai genitori, entrambi praticanti di trail, e Agnese è in pista da quando aveva 11 anni, sempre nel mezzofondo con il coach Giuseppe Turrini al centro polisportivo Avesani di Verona. Ma la sua prima passione è stata l'equitazione, che ha portato avanti da quando aveva cinque anni fino ai diciotto. Nell'atletica ha conquistato il tricolore da allieva sui 2000 siepi nel 2020, mentre nel 2022 tra le juniores ha vinto il titolo nel cross e nei 3000 siepi raggiungendo poi la finale mondiale U20 a Cali. Nel 2023 si è migliorata correndo in 10:19.17 sulla distanza. Ha frequentato anche corsi di alpinismo e skialp. Diplomata con lode al liceo scientifico Don Bosco, studia scienze della formazione primaria.

**Curriculum (3000st): Mondiali U20:** 2022 (13); **Europei U23:** 2023 (bat).

### **Sara NESTOLA**

Reggio Emilia, 8.5.2001, 1.57x43kg

**Società/Club:** Calcestruzzi Corradini Excelsior Rubiera

**Allenatore/Coach:** Stefano Baldini

**Presenze in Nazionale/Caps:** 1

Ha praticato diversi sport: nuoto, pallavolo, danza classica, hip hop ma soprattutto ginnastica ritmica. All'età di 11 anni ha vinto una gara scolastica di campestre: da lì è entrata in contatto con il suo primo tecnico, Paolo Orlandini, e ha deciso di provare l'atletica insieme alla sorella, inizialmente nella velocità e poi si è appassionata alle distanze più lunghe. Nella categoria allieve è passata sotto la guida di Carlo Uberto, sempre a Reggio Emilia, vincendo il titolo italiano juniores di mezza maratona nel 2019. Dalla metà del 2020 il suo coach a Rubiera è l'olimpionico Stefano Baldini e anche nel 2021 tra le promesse è riuscita ad aggiudicarsi il tricolore della mezza prima dell'oro U23 con la squadra azzurra agli Europei di cross. Nel 2023 ha conquistato l'argento agli Europei U23 sui 10.000 metri, si è migliorata su tutte le distanze e ha vinto sei titoli italiani promesse (3000 indoor, cross, 5000, 10.000, 10 km e mezza maratona). Dopo il liceo scienze umane, frequenta il corso di laurea in scienze dell'educazione. Nel tempo libero ama leggere, in particolare biografie, e anche scrivere.

**Curriculum (10.000m): Europei U23:** 2023 (2); **Coppa Europa (10.000m):** 2023 (14, 4T); **Europei cross:** 2021 (33/U23, 1T/U23), 2022 (20/U23, 2T/U23).

### **Greta SETTINO**

Firenze, 12.7.2003, 1.54x40kg

**Società/Club:** Toscana Atletica Empoli Nissan

**Allenatore/Coach:** Luigi Principato

Vive a Calenzano, nell'hinterland fiorentino, ed è sportiva da sempre: nuoto, poi ballo latino-americano, tre anni di ginnastica artistica e nel 2015 tramite un'amica di quel corso ha iniziato a provare l'atletica. Ha scoperto subito le sue attitudini per fondo e mezzofondo, allenata per quattro stagioni da Francesco Galeotti prima di un anno con Luca Panichi. Dalla fine del 2020 è passata sotto la guida di Luigi Principato e un paio di volte a settimana si sposta a Pisa per farsi seguire di persona. Nel 2022 ha vinto i titoli italiani juniores di 10 km di corsa su strada e mezza maratona. Ha studiato al liceo scienze umane e frequenta il corso di laurea in scienze dell'educazione e della formazione a Firenze. Nel suo tempo libero non può mancare la musica.

**Curriculum (10.000m): Europei U20:** 2021 (18/5000m); **Europei U23:** 2023 (8).

## U20 Uomini/Men

### Nicola BAIOCCHI

Pisa, 14.7.2005, 1.91x77kg

**Società/Club:** Atletica Livorno

**Allenatore/Coach:** Saverio Marconi

È di Livorno. Ha giocato a calcio per cinque anni, mentre il papà è un appassionato ciclista, ma nelle campestri scolastiche Nicola si è reso conto che poteva avere più soddisfazioni dalla corsa e quindi ha iniziato nella categoria ragazzi seguito da Federico Cerrai. Spicca per la notevole statura (191 centimetri) e dalla fine del 2019 si allena con il tecnico Saverio Marconi per diventare uno specialista dei 1500 metri: nel 2022 ha vinto il tricolore allievi indoor, nel 2023 ha mancato di soli tre centesimi l'ingresso in finale agli Europei U20 dopo essere sceso a 3:46.24. Studia all'istituto tecnico industriale, indirizzo elettronica e robotica, ed è un appassionato di scacchi.

**Curriculum (1500m): Europei U20:** 2023 (bat).

### Stefano BENZONI

Brescia, 1.6.2004, 1.76x61kg

**Società/Club:** Atletica Valle Brembana

**Allenatore/Coach:** Giacomo Giudici

Vive a Clusone (Bergamo). Ex calciatore, si è messo in evidenza sui campi per le sue doti aerobiche e così dopo qualche non competitiva ha iniziato con l'atletica nel settembre del 2019 seguito da Giacomo Giudici, che è stato il primo allenatore di Sara Dossena. Nel 2020 si è piazzato quarto ai Tricolori allievi di corsa in montagna e nel 2021 è riuscito a conquistare il titolo under 18 nei 10 km su strada, mentre da junior ha fatto doppietta vincendo sui 5000 metri nel 2022, saltando però la stagione autunnale di cross per uno strappo al bicipite femorale, e anche nel 2023. Dopo il liceo scientifico, studia ingegneria gestionale. È impegnato nel sociale, con l'attività di volontariato all'oratorio. Tifoso milanista, ascolta musica hip hop e indie oltre a essere un appassionato di ciclismo.

**Curriculum (5000m): Europei U20:** 2023 (14).

### Vittore Simone BORROMINI

Cefalù (Palermo), 18.8.2007, 1.66x53kg

**Società/Club:** Toscana Atletica Jolly

**Allenatore/Coach:** Giuseppe Giambrone

È di Caltavuturo (Palermo) ma per amore dell'atletica Vittore ha fatto una scelta di vita e dal giugno del 2021 si è trasferito con la sorella Federica, classe 2006, e insieme alla mamma nel Tuscany Camp del suo concittadino siciliano Giuseppe Giambrone a San Rocco a Pilli, in provincia di Siena. Nelle gare studentesche era stato notato dall'insegnante Calogero Sabatino che lo ha indirizzato verso il tecnico Saro Cirrito prima di approdare in Toscana. Da cadetto nel 2022 ha vinto il bronzo sui 3000 al Festival olimpico della gioventù europea a Banská Bystrica, dopo essere stato portabandiera alla cerimonia d'apertura, ma anche i titoli italiani di cross e 2000 metri, poi nel 2023 è riuscito a imporsi ai Tricolori allievi di campestre e di corsa in montagna. Studia all'istituto tecnico elettronico.

**Curriculum (5000m): Europei U20:** 2023 (24); **EYOF:** 2022 (3/3000m).

### Lorenzo PELLICIARDI

Voghera (Pavia), 13.3.2005, 1.80x66kg

**Società/Club:** Atletica Iriense Voghera

**Allenatore/Coach:** Felice Costante

Dopo aver giocato a calcio per nove anni, nel 2019 si è appassionato al ciclismo tramite un amico iniziando a praticare triathlon e anche atletica con le campestri, seguito nella corsa dal tecnico Felice Costante. Nel 2023 è salito alla ribalta negli sport multidisciplinari, vincendo il bronzo juniores agli Europei di duathlon e con il successo nella Europe Junior Cup di triathlon, oltre ad aver partecipato a Singapore nel duathlon all'Olympic Esports Week, mentre nell'atletica ha conquistato il tricolore U20 nei 10 km di corsa su strada. Studia al liceo scientifico sportivo.

### Francesco ROPELATO

Trento, 25.2.2005, 1.77x58kg

**Società/Club:** Us Quercia Rovereto

**Allenatore/Coach:** Antonio Purin

Vive a Spera, frazione di Castel Ivano (Trento). All'inizio era un calciatore, nel ruolo di ala sinistra, poi ha smesso in terza media per dedicarsi all'atletica che ha cominciato a praticare da piccolo, insieme al fratello gemello, dopo che la sorella aveva partecipato alle gare studentesche. Si è rivelato presto, sotto la guida di Antonio Purin, con una serie di successi tricolori nel cross (cadetti nel 2019, allievi nel 2021 e 2022), su pista (2000 metri cadetti nel 2020) e più volte anche nella corsa in montagna (2020 da cadetto, doppietta tra gli allievi nel 2021 e 2022). È riuscito a stabilire, nella stagione indoor 2022, la migliore prestazione italiana under 18 dei 3000 metri al coperto con 8:30.08 togliendola a Stefano Mei. Si allena in pista a Borgo Valsugana o su strada, in collaborazione anche con Piero Endrizzi.

**Curriculum (3000m): Europei U18:** 2022 (16); **Europei cross:** 2022 (58jr, 10T/U20).

### **Federico SAMMARTINO**

Catania, 5.1.2004, 1.75x57kg

**Società/Club:** Cus Palermo

**Allenatore/Coach:** Piero Incalza

Cresciuto a Nisemi (Caltanissetta), si è appassionato all'atletica vincendo le gare scolastiche di velocità sugli 80 metri, poi anche quelle nei 1000 di mezzofondo sotto la guida di Gaetano Reale. All'età di 13 anni ha intrapreso la scelta di trasferirsi a Palermo, come aveva fatto in precedenza la concittadina Alice Mangione, per studiare al liceo informatico e per farsi allenare da Gaspare Polizzi, coach del grande campione azzurro Totò Antibo e dei gemelli Zoghiami. Dopo il sesto posto tricolore da allievo, sui 3000 metri nel 2020, è stato poi frenato da problemi fisici nelle stagioni successive, una periosite e un infortunio al gluteo. Dall'autunno del 2023 si è trasferito a Modena per farsi seguire da Piero Incalza. Nel tempo libero ascolta volentieri la musica trap.

**Curriculum: Europei cross:** 2022 (48jr, 10T/U20).

## **U20 Donne/Women**

### **Lucia ARNOLDO**

Belluno, 21.9.2005, 1.63x47kg

**Società/Club:** Atletica Dolomiti Belluno

**Allenatore/Coach:** Elio Dal Magro, Modesto Bonan

È di Zoldo (Belluno), a 1250 metri di quota, e perciò ha iniziato presto con lo sci di fondo abbinato alla corsa nel periodo estivo, in una famiglia di amanti della montagna (il nonno materno è guida alpina). Ha scelto poi a 15 anni di dedicarsi soltanto all'atletica, cogliendo vari piazzamenti nelle rassegne tricolori: non solo sui sentieri, ma anche nel cross (terza da allieva nel 2021) e su strada (seconda sui 6 km allieve nel 2022). È stata la migliore azzurra nella gara U20 agli Europei di cross nel 2022, da allieva, e nel 2023 ha vinto il bronzo giovanile nei Mondiali di corsa in montagna a Innsbruck. Frequenta il liceo scientifico a Belluno, dove si allena sotto la guida di Elio Dal Magro in collaborazione con Modesto Bonan. Da piccola ha studiato pianoforte, ama leggere e le passeggiate sui sentieri.

**Curriculum: Europei cross:** 2022 (32jr, 11T/U20); **Mondiali montagna:** 2023 (3jr, 4T/U20).

### **Licia FERRARI**

Arco (Trento), 22.2.2007, 1.49x37kg

**Società/Club:** Valchiese

**Allenatore/Coach:** Ennio Colò

Vive a Ledro (Trento). Proviene da una famiglia di sportivi e ha iniziato con il nuoto agonistico, poi si è dedicata al triathlon praticando anche duathlon e aquathlon. Ma è forte la sua passione per la corsa nelle lunghe distanze e dal 2021 sotto la guida tecnica di Ennio Colò è riuscita a emergere nelle categorie giovanili in montagna. Nel 2022 ha festeggiato il tricolore cadette, nel 2023 da allieva ha vinto il titolo individuale e quello in staffetta, laureandosi anche campionessa italiana Youth B di triathlon. Studia al liceo scientifico, nel tempo libero ama cucinare e leggere.

### **Elena RIBIGINI**

Perugia, 25.1.2005, 1.72x51kg

**Società/Club:** Atletica Arcs Cus Perugia

**Allenatore/Coach:** Luigi Esposito

Una carriera in parallelo con la gemella Laura sull'esempio del papà, appassionato podista. Entrambe hanno scelto di iniziare ad allenarsi con il tecnico Luigi Esposito, dopo il secondo posto con la scuola alla finale nazionale degli Studenteschi di campestre nel 2019 a Gubbio, mentre da piccola ha praticato ginnastica artistica e nuoto. Nel 2023 ha vinto il suo primo titolo italiano sui 3000 siepi juniores. Si allena nell'impianto di

Strozzacapponi e anche al Santa Giuliana di Perugia. Diplomata al liceo scientifico, studia medicina veterinaria ed è un'amante degli animali: si è cimentata anche nelle gare di equitazione, specialità endurance.

### **Adele ROATTA**

Cuneo, 3.12.2004, 1.74x55kg

**Società/Club:** Bracco Atletica

**Allenatore/Coach:** Augusto Griseri

È di Morozzo (Cuneo) dove è entrata in contatto con l'atletica alle elementari provando per divertimento tutte le specialità, seguita da Giuseppe Pellegrino, ma ha anche giocato a tennis. La scelta naturale è stata di indirizzarsi verso il mezzofondo e dal 2019 è allenata a Mondovì dal tecnico Augusto Griseri, che è anche dirigente e presidente del Comitato provinciale. Dopo una serie di piazzamenti tricolori, ha vinto nel 2021 il titolo italiano under 18 dei 6 km su strada, mentre nel cross è stata seconda da cadetta nel 2019 e da allieva nel 2021. Diplomata al liceo scientifico sportivo, studia biotecnologie a Torino. Per hobby ha suonato la chitarra e ama viaggiare.

**Curriculum: Europei cross:** 2022 (45jr, 11T/U20).

### **Sofia SIDENIUS**

Milano, 29.8.2006, 1.68x48kg

**Società/Club:** Bracco Atletica

**Allenatore/Coach:** Alberto Colli

Abita da sempre a Pieve Emanuele (Milano). Ha praticato dieci anni di nuoto, oltre a cinque di arrampicata, poi l'atletica dedicandosi anche alle prove multiple nella categoria cadette con il tecnico Giancarlo De Dionigi al centro sportivo Saini di Milano. Nel 2022 ha vinto due titoli italiani allieve (1500 indoor e cross) al debutto in questa fascia di età e nel mese di aprile è passata sotto la guida di Alberto Colli nell'impianto di Pavia. Nonostante un infortunio nel 2023 è riuscita a conquistare altri due tricolori di categoria, 1500 indoor e 2000 siepi all'aperto. Il papà è danese, arrivato in Italia per il dottorato prima di lavorare come ricercatore. Studentessa al liceo scientifico, nel tempo libero è un'amante della montagna e della bici.

**Curriculum: EYOF:** 2023 (9/2000st); **Europei cross:** 2022 (67jr, 11T/U20).

### **Margherita VOLIANI**

Cecina (Livorno), 28.3.2005, 1.67x47kg

**Società/Club:** Atletica Libertas Unicusano Livorno

**Allenatore/Coach:** Enzo Fasano

È di Livorno. Ha cominciato nel 2015 con il triathlon, seguita dal tecnico Enzo Fasano, mentre nell'atletica si è piazzata quarta nel 2020 ai Tricolori sui 1000 cadette per poi dedicarsi soprattutto alla multidisciplinaria, pur soffrendo nella frazione di nuoto. Nel 2023 è stata terza ai campionati italiani juniores di duathlon sprint prima di partecipare all'Olympic Esports Week di Singapore. Ha rivelato le sue qualità nel mezzofondo prolungato con il titolo tricolore nei 5000 metri under 20 staccando il pass per gli Europei di categoria a Gerusalemme, dove si è piazzata ottava, e con la vittoria sui 5 km nell'incontro internazionale di corsa su strada a Oderzo. Frequenta il liceo scientifico e ha studiato chitarra.

**Curriculum (5000m): Europei U20:** 2023 (8).

---

## **LEGENDA**

**Presenze in Nazionale:** si intendono solo quelle assolute.

Nelle abbreviazioni dei piazzamenti (o dell'ultimo turno eliminatorio raggiunto dall'atleta in una determinata competizione) nei curriculum sono state utilizzate le diciture: **bat** (batteria), **sf** (semifinali), **fin** (finale), **mx** (staffetta mista), **rit** (ritirato), **squal** (squalificato).