

Milanesi, 100 chilometri d'oro

«Le gambe andavano da sole»

Ultramaratona. L'avvocatessa di Ponte San Pietro conquista il titolo italiano Disintegrato il record personale. «E alla fine mi sono scolata una birra»

LUCA PERSICO

Chi fa da sé fa per te, anche quando di mezzo c'è un regalo di compleanno: «Più gioioso di così non potevo immaginarmelo: ho stupito me stessa».

La felicità è una corona di campionessa italiana, il nuovo luccichio che non ti aspetti nella favola agonistica di Chiara Milanesi. È infatti la portacolori dei Runners Bergamo, 42 anni compiuti venerdì 24 marzo, di Ponte San Pietro, la nuova regina al femminile della 100 km su strada: «Il momento più bello? L'ultimo chilometro, non so come ma le gambe andavano quasi da sole - dice a breve giro di stretching dal trionfo di Seregno - È un premio alla mia costanza e alla mia regolarità».

Vero. Al termine di una sfida rigorosamente senza esclusioni di fatica, l'avvocatessa (civiltista)-runner ha chiuso in 8h34'43". Primato personale sulla distanza disintegrato (precedente di 9h27') ma come dice Paolo Coelho nulla accade per caso: «L'obiettivo era quello di correre a 5' al chilometro e ci sono andata vicinissima - continua Chiara, secondo titolo tricolore in carriera dopo quello della 120 ore - Nel 2017 avevo già fatto il personale sulla mezza maratona sulla maratona: lavorare sulla velocità è stato decisivo».

Lo si è notato attorno al chilo-



Chiara Milanesi, 42 anni, avvocatessa civilista, si è imposta in 8h34'43"

metro 80 di una sfida a eliminazione (cinque giri di un anello) in cui la lady di ferro ha messo la freccia su Cristina Pitonzo, la favorita della vigilia. E dire che solo una tornata prima aveva dovuto superare l'immane «crisi», che segue come un'ombra ogni ultramaratoneta: «A me ha preso la testa più che le gambe - prosegue filosofando - Sono

riuscita a andare oltre focalizzando il mio obiettivo».

C'era da «vendicare» la controprestazione dell'esordio in azzurro a Albi, in Francia, che lo scorso autunno la vide 33ª nell'Europeo di 24 Ore. C'era da porre la candidatura per un posto in azzurro al Campionato mondiale della 24 Ore di Belfast (in Irlanda del Nord) in programma

ai primi di luglio: «Spero di eserci e andare oltre i 220 km - aggiunge Chiara (attuale personale di 202 km)». Continuando come ora, cioè allenandomi non più di tre volte a settimana».

Ne ha fatta di strada da quando nel 2008 iniziò con la corsa giusta per sgranchirsi un po' le gambe. Nella trasferta meneghina si è messa alle spalle pure l'allenatore-amico Luca Sala (20ª assoluto): «Come l'ha presa? Bene, era felice tanto quanto me della mia vittoria». Festeggiata sul posto insieme al marito: «Con lui mi sono scolata una birra tutta d'un sorso appendo dopo il traguardo - chiude ridendo l'eroina del weekend - Nell'ultimo mese la tabella alimentare è stata rigida, ma io sono una di bocca buona...».

Per Bergamo Ultra il weekend ha avuto un retrogusto dolce anche per altri risultati: Marco Menegardi, atleta veronese tesserato per la Bergamo Stars Atletica, ha chiuso con il crono di 7h06'44" prendendosi il titolo assoluto della 100 km. Altre due medaglie i Forrest Gump delle mura Venete le hanno invece ottenute nella categoria master. Tra gli M 35 bronzo per Manuel Viezzi (X-Bionic), 9h57'22"; fra gli M 60 gradino più basso del podio anche per Leonorio Bertola (1h54'02").

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Colombi trionfa nei 20 km Under 23

Ed è 2ª assoluta



Nicole Colombi, 21enne di Scanzo, al centro con la medaglia d'oro

Tricolori di marcia

Nicole Colombi si regala una nuova «marcia» trionfale. Capita ai Campionati italiani della 20 km su strada, chiusa dalla 21enne di Scanzo con il titolo di categoria (under 23) e la piazza d'onore assoluta. Pazienza se il crono (1h38'26") non è stato sotto il limite richiesto per gli Europei promesse, talvolta la sostanza vale più della forma. «Ho gareggiato dopo un inverno con problemi fisici - ha detto l'allieva di Cortinovis - Per migliorare ci sarà tempo».

Il secondo titolo italiano in carriera, quello che fa pendente con quello conquistato a febbraio nella km 3 indoor, le aprirà infatti le porte della nazionale senior per la Coppa Europa in programma a Copenaghen (Repubblica Ceca) il 21 maggio: «Viatico per i Mondiali di Londra? Il minimo (1h31'00") è tostissimo - chiude la vice campionessa tricolore assoluta (dietro alla «militare» Valentina Trapletti, 1h33'45") - Firmerei per esserci da protagonista in Polonia con le

mie coetanee». Dalla trasferta laziale sono tornate con un sorriso anche Lidia Barcella & Beatrice Foresti. Laprima, ha chiuso ottava assoluta e quarta under 23 (1h44'59"); la seconda, portacolori dell'Atl. Bg 59 Oriocenter, è stata quinta junior (1h49'00").

Meeting di Urgnano

Più di 400 atleti a Urgnano per il tradizionale Meeting. I vincitori. RAGAZZI FEMMINILE. 200: Makissia Bamba (Pol. Bolgare) 28"8. 60 hs: Chiara Minotti (Brembate Sopra) 9"7. Alto: Elisa Martinelli (Cs Ranica) 1,30. Lungo: Salomee Olama Oye (Estrada) 3,87. MASCHILE. 200: Riccardo Camerino (Pol. Atl. Brembate Sopra) 27"5. 60 hs: Pietro Vitali (Marinelli Comendano) 9"1. Lungo: Flavio Camesasca (Estrada) 4,82. ESORDIENTI FEMMINILE. Peso: Elisa Riva (Olimpia Bergamo) 8,93. MASCHILE. 50: Michele Romelli (Rogno) 7"6. Peso: Pietro Bianchessi (Estrada) 9"86.

L. P.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Caironi, ok il rientro

Due titoli italiani con primati annessi

Tricolori paralimpici

Martina è prima nei 60 e nel salto in lungo. «Dopo Rio è stato bello risentire l'adrenalina»

Dopo un inverno passato sullo snowboard c'era il rischio di finire in bianco. Invece, colpo di pistola e voilà la Martina Caironi di sempre: «Con nuovi personali sui 60 metri e nel lungo senza preparazione specifica: un bel biglietto da visita verso i Mondiali di Londra».

Il 2017 atletico della Wonder-Woman dello sport bergamasco si è aperto ad Ancona, sede dei Campionati italiani indoor. Per la pluricampionessa paralimpica due titoli con primati italiani di categoria T 42 (amputati monolaterali sopra al ginocchio) ritoccati a 9"65 (nello sprint) e a 4,50 (in pedana): «Risentire l'adrenalina della competizione dopo sei mesi è stato bello - ha detto Martina, che non gareggiava da Rio - Anche se fuori dalla pista non mi sono annoiata».

Per capirci. Ha scoperto di avere passione (e talento) per



Martina Caironi ad Ancona FISPE

lo snowboard, che non esclude di praticare un giorno in maniera agonistica: «Ma ora è poco compatibile con l'atletica, e giocoforza resterà un hobby». È stata in Kenia, testimonial (nonché reporter e volontaria)

della fondazione Fontana, di cui tra qualche mese uscirà un documentario: «Ho intervistato una ragazza del posto amputata come me, per far capire le differenze di un identico trauma da un posto all'altro del mondo».

Stabilitasi a Bologna per completare il proprio percorso universitario, Martina tornerà nella «sua» Bergamo (è o di Borgo Palazzo) il 13 aprile, ambasciatrice a Nembro per la Ottopack, azienda che, tra le altre, produce e commercializza protesi: «Sarà anche l'occasione per rivedere gli amici. Io a Ballando con le Stelle? In tv tifo per il mio amico Oney Tapia, ma non credo ci andrò mai: fatico a stare dietro a una telecamera».

Altre sei medaglie hanno caratterizzato la pellicola del weekend orobico nelle Marche, tutte quante ottenute da atleti dell'Omero Runners Bergamo.

Valeriano Ravasio Nanque si è preso il titolo sui 60 metri di fascia T 12 (ipovedenti) in 7"87, con il compagno di scuderia Norbert Casali terzo (8"28). Quest'ultimo, dopo essersi imposto nel lungo (4,72) si è confermato poliedrico, prendendosi la piazza d'onore nei 200 metri (27"40). Finita? Certo che no. Perché tra gli orobici d'adozione c'è stato Heros Marai, di bronzo sui 60 (8"62) e secondo nei 200 (27"82) categoria T 44.

Lu. Pe.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



MERCOLEDÌ 29 MARZO ORE 21.00

CO.MARK BB14

VS

TRAMAROSSA PALL. VICENZA 2012

CENTRO SPORTIVO ITALCEMENTI
VIA DELLO STATUTO 43 - BERGAMO

#OBIETTIVO A2

Per i tifosi dell'Atalanta B.C. l'ingresso è gratuito! presentando l'abbonamento o il biglietto della partita di turno

Co.Mark
GRUPPO TECNOINVESTIMENTI

Prenotazione biglietti e abbonamenti
www.bb14.it/biglietteria
Contatti
info@bb14.it | www.bb14.it
Tel. 035 0381959
Seguici su
f t g

Co.Mark
GRUPPO TECNOINVESTIMENTI

AZIMUT
INVESTIMENTI

CLF
ITALIA

cram

PROTECO

PROTECO

ISOVIT

innovatio

mys isclanment

ISOVIT