

ATLETICA Il viaggio in Kenya nei campi del bresciano Team Rosa



Gli atleti del team bresciano Rosa Associati durante un attimo di pausa nell'allenamento di ieri mattina a Kapsabet

Nelle piantagioni di té si allenano i maratoneti top

A 2.000 metri di quota, incitati costantemente dai lavoratori dei campi, ci sono grandi campioni come Kipruto e Chumba: «Qui abbiamo il massimo»

Silvia Avigo
KAPSABET (Kenya)

●● A Kapsabet è sempre l'ora del té. Anche durante l'allenamento mattutino degli atleti del Team Rosa, la società creata nel 1991 dal medico bresciano Gabriele Rosa che in Kenya scopre e lancia nuovi talenti della corsa nel mondo. I 25 maratoneti, che arrivano da Eldoret ma anche da diverse regioni vicine, si allenano nelle Nandy Hills a 2.000 metri di altitudine.

Lo scenario è davvero spettacolare: i sentieri sono di sabbia finissima color rosso, i tratti di ghiaia contrastano con il verde chiaro delle piantagioni di té delle colline della Rift Valley. Un tripudio di colori. Siamo a 40 chilometri da Eldoret, il percorso stabilito è di 20 chilometri, tra sentieri ondulati e talvolta impervi che mettono a dura prova i runner ma utilissimi a rinforzare la muscolatura delle caviglie e a potenziare la resistenza vista l'altitudine.

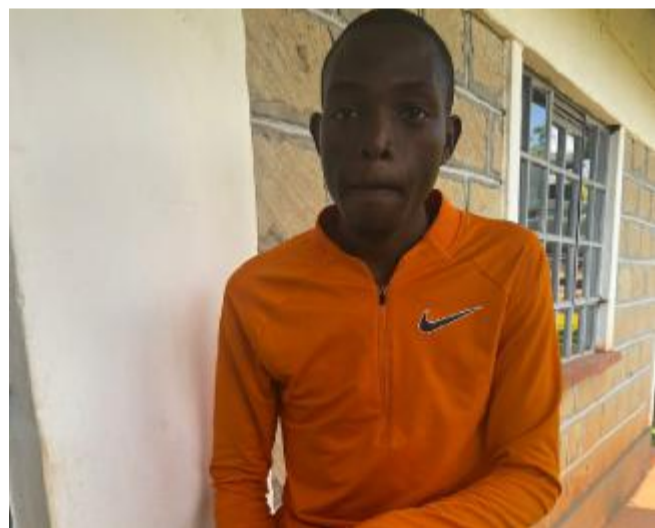
A sostenere e incitare gli atleti sono i braccianti, che mentre riempiono le loro ceste con le preziose foglie di

“ Si lavora alla grande E abbiamo anche un ottimo centro di fisioterapia”

Benjamin Kalum
Allenatore Rosa Associati

“ Mi sto preparando qui da mesi per la prossima maratona di Tokyo”

Titus Kipruto
Maratoneta Rosa Associati



Il maratoneta keniano Titus Kipruto, 24 anni, re dei Giochi africani nel 2019

té, raccolte a mano, li salutano con entusiasmo e soprattutto li ammirano a ogni passaggio, incitandoli ad andare sempre al massimo.

Il té verde, nero e di altre varietà rappresenta una risorsa fondamentale per l'economia del Kenya - è il 20 per cento delle esportazioni nazionali - ma anche questi giovani lo sono conquistando maratone in tutto il mondo e siglando sempre nuovi record. Un'eccellenza che porta prestigio all'intero Paese e ormai riconosciuta in tutto il mondo e che porta con sé anche una nuova economia al territorio.

La bresciana Rosa Associati ha numerosi campi nei dintorni di Eldoret. Quello di Kapsabet è stato realizzato nel 2016 in collaborazione con l'atleta del Team Stanley Biwott, vincitore della maratona di Parigi nel 2012, di New York nel 2015 e che ha registrato come miglior tempo 58'56" nella mezza maratona.

Negli allenamenti mattutini degli atleti seguiti dal Team Rosa da qualche tempo hanno iniziato a partecipare anche le donne, che

stanno al passo di un gruppo formidabile. Sono infatti tantissimi gli atleti da 2h04', la velocità top dei percorsi lunghi, sufficientemente vicino al record mondiale che diventa l'obiettivo da battere e pronti ad affrontare i Major mondiali.

«Stiamo lavorando al meglio e qui possiamo disporre anche di un ottimo centro di fisioterapia e di una palestra ben attrezzata - spiega l'allenatore Benjamin Kalum -. Personalizzo il lavoro in base all'atleta, è fondamentale la completezza: velocità, potenza, resistenza, equilibrio. Qui ogni aspetto è in primo piano».

Tra i vip del centro c'è Titus Kipruto, il primo a rappresentare il Kenya ai Giochi africani nel 2019, a stabilire il record e a vincerli, e Dickson Chumba, vincitore a Tokyo nel 2014 e nel 2018 e nella maratona di Chicago 2015.

«Mi sto preparando qui da mesi per partecipare alla prossima maratona di Tokyo. Voglio dare il massimo e questo centro è il top», conclude Titus Kipruto. ●

●● Cartoline dal cuore dell'Africa

I PROTAGONISTI

Si fatica in paesaggi da sogno per ottenere risultati super

Allenarsi a 2.000 metri di altezza in mezzo alle piantagioni di té nelle Nandy Hills. Un paesaggio mozzafiato per i 25 maratoneti che arrivano da Eldoret e dalle regioni vicine. La base è il camp di Kapsabet, realizzato nel 2016 dalla Rosa Associati in collaborazione con Stanley Biwott, atleta del team bresciano. E dai campi i lavoratori, mentre raccolgono le foglie di té, incitano gli atleti impegnati nell'allenamento.



Il camp. Il centro di Kapsabet, a 40 chilometri da Eldoret, sulle Nandy Hills a 2.000 metri di altitudine: una struttura all'avanguardia dove i maratoneti trovano il meglio in tutto.



L'inizio. Ecco i 25 maratoneti del centro di Kapsabet alla via dell'allenamento di ieri mattina. Il percorso misura 20 chilometri tra sentieri ondulati che mettono a dura prova gli atleti.



La seduta. Più chilometri si fanno e più l'andatura degli atleti si fa costante. I campioni della maratona danno lustro al Kenya: numerosi i successi di prestigio in tutto il mondo.



Il paesaggio. Il panorama mozzafiato sulle Nandy Hills con il verde delle piantagioni di té, una risorsa fondamentale per il Kenya: rappresenta il 20 per cento delle esportazioni nazionali.

CICLOCROSS La logratense sabato in Olanda

Arianna Bianchi ai Mondiali under 18 «Sembra un sogno»

La campionessa europea sicura: «Voglio pedalare al massimo»

Angiolino Massolini
sport@bresciaoggi.it

●● Arianna Bianchi è abbinata alla maglia azzurra: dopo averla vestita all'Europeo di Namur in Belgio e in qualche tappa di Coppa del Mondo, la campionessa continentale europea di mountain bike la vestirà anche al Mondiale di ciclocross che si corre sabato 4 febbraio a Hoogerheide, in Olanda.

La portacolore della Guerriotti Development è la più giovane del terzetto convocato dall'ex iridato Daniele Pontoni: con lei ci saranno Valentina Corvi e Federica Venturini, entrambe più grandi di un anno.

Al campionato italiano disputato a Ostia Antica, alle porte di Roma, Arianna Bianchi è riuscita a conquistare il 2° posto a 12 secondi dalla Corvi mentre è riuscita a precedere nettamente la Venturini. Domenica scorsa ha affrontato la gara di Coppa del Mondo a Besancon, in Francia, ma è stata costretta al ritiro dopo essere caduta e picchiata forte il ginocchio destro per terra. Si è però rialzata e proseguita, ma dopo 2 giri è stata costretta allo stop dallo staff sanitario della Nazionale: il ginocchio si è gonfiato come un melone.

Dopo un giorno di riposo, ieri e martedì è tornata ad allenarsi nella Bassa e, nonostante qualche dolorino, è pronta ad affrontare questo suo primo Mondiale che si corre in uno dei templi del fuoristrada: «Ringrazio il ct Pontoni per la fiducia e spero di riuscire a disputare una buona gara - le parole di Arianna Bianchi -. Correre il Mondiale è un sogno che si avvera, perché sul circuito olandese hanno corso e vinto tutti i fuoriclasse del ciclocross. Al via avvertirò un po' di emozione



Arianna Bianchi: è di Lograto

ma una volta partita penserò solo a pedalare il più veloce possibile».

In che condizioni sarà la giovane logratense? «La caduta di domenica mi ha costretto a stringere i denti ma sono pronta a soffrire pur di riuscire a centrare un buon piazzamento. L'obiettivo? Esprimermi al meglio di fronte alle grandi del ciclocross mondiale».

Fin qui la più grande delle campionesse di Lograto che sabato andrà a caccia della consacrazione internazionale, dopo l'Europeo vinto in Svizzera. Alla rassegna continentale di Namur ha ottenuto l'11° posto, che per una debuttante è un grande risultato, anche perché è partita per 54ª non avendo ancora ottenuto punti Uci.

A Hoogerheide in passato è stato grande protagonista Cristian Cominelli, pluri-titolato di Sellore Novelle. Nel 2009 ha sfiorato il podio nel Mondiale under 23 vinto dal tedesco Philipp Walsleben e a disputare una buona gara - le parole di Arianna Bianchi -. Correre il Mondiale è un sogno che si avvera, perché sul circuito olandese hanno corso e vinto tutti i fuoriclasse del ciclocross. Al via avvertirò un po' di emozione

●● RIPRODUZIONE RISERVATA

SCI ALPINO Nel gigante junior di Alleghe

Alberto Claudani sale sul podio degli aspiranti

Il portacolore del Val Palot chiude 3° in categoria e al 5° posto assoluto Bene anche Valzelli

●● Bresciani ancora tra i più bravi sulle piste venete e lombarde. Il risultato più importante l'ha ottenuto l'azzurri- no Alberto Claudani (Val Palot) nello slalom gigante junior, svolto a Alleghe in provincia di Belluno, nella gara vinta da Stefano Pizzato.

Il più grande dei fratelli sciatori di Brescia si è classificato 5° assoluto, a un secondo netto dal vincitore. La gara valida per il Gran Prix Italia è stata molto partecipata per cui il piazzamento assoluto di Claudani ha un significato particolare. E tra gli aspiranti è salito sul 3° gradino del podio.

Paolo Valoti (Val Palot), Federico Romele (Carabinieri), Luca Ruffinoni (Skiing), Jacopo Claudani e Giovanni Ongaro del Ski Val Palot hanno concluso rispettivamente al 22°, 26°, 28°, 31° e 32° posto. Prestazione complessiva dei nostri giovani positiva.

In uno dei due supergiganti junior di Chiesa di Val Malenco (Sondrio) ha fallito per pochi centesimi un piazzamento tra i primi 10 Francesco Valzelli (Val Palot), figlio del presidente della Federsci bresciana Oliviero. Per lui è il miglior piazzamento stagionale che lascia ben sperare per i prossimi impegni. Al 25° posto Elia Avanzini (Val Palot). Nel femminile 18ª Angelica Mameli Bettoni e 21ª Giorgia Sala (Skiing). ●● A.Mas.

●● RIPRODUZIONE RISERVATA