

INTERVISTA IL MEDICO BRESCIANO SCOPRITORE E ALLENATORE DEI PIÙ GRANDI TALENTI DELLA MARATONA

## Gabriele Rosa

# «Dopo l'atletica, porterò in Kenya il ciclismo. Ma Brescia mi aiuti»

Silvia Avigo  
ELDORET (Kenya)

●● All'apparenza può sembrare un po' burbero. Ma bastano poche parole per capire la profonda passione, i principi granitici e soprattutto il grande cuore che da 32 anni mette nel Discovery Kenya, il progetto che scopre e cresce i talenti della corsa in più centri nelle vicinanze di Eldoret.

Gabriele Rosa, medico cardiologo, è l'allenatore di maggiore successo dell'atletica mondiale. Nel 1981 apre a Brescia il primo centro polifunzionale di medicina dello sport in Italia, il Marathon Medical & Sport Center, che fa parte del Gruppo Rosa e negli anni '90 sviluppa un metodo di allenamento che ha reso possibile le vittorie dei suoi atleti in tutte le maratone del mondo e a più di un'edizione delle Olimpiadi. I numeri parlano da soli: sono 13 i record mondiali conquistati, più di 1.000 le maratone vinte (di cui 56 major), 70 le medaglie d'oro di cui 4 alle Olimpiadi e la bellezza di 45 a livello giovanile tra Junior e Under 18.

La creazione dei training camp nel cuore dell'Africa l'ha reso l'allenatore più celebre dei più grandi maratoneisti al mondo, ma la sua attenzione è rivolta soprattutto allo sviluppo di progetti sociali e formativi.

**Dottor Rosa, come è nato questo progetto e come si è evoluto nel tempo?**

La sinergia con Moses Tanui, prima paziente e poi grande amico, ha dato il la a questa iniziativa. In Kenya gli atleti si dedicavano più alla pista, si allenavano sempre sugli stessi percorsi e non esisteva alcun tipo di organizzazione. La maratona era la mia passione e ho deciso di puntare su questa disciplina anche per sostenere e offrire una possibilità a un numero maggiore di atleti e per il beneficio sociale che poteva portare. La Federazione si occupava solo delle iscrizioni e cercò di mettermi in difficoltà. Non mi arresi, avvii il primo camp: un'esperienza nuova basata sulla cooperazione degli atleti e sono iniziate subito ad arrivare le vittorie.

**Brescia l'ha sostenuta in questo progetto?**

Non ho mai chiesto sostegno alle istituzioni, non ho mai cercato riconoscimenti. Mi aiutò molto la Questura per i visti. All'inizio portavo gli atleti in Italia e i riflettori del mondo erano puntati sul Bresciano e in particolare sulla Franciacorta. Si può correre ovunque, ma ho capito subito che per i ragazzi era meglio lavorare sulla loro terra e tutelare le loro radici. Certo, la Rift Valley è un ambiente perfetto, ma il vero punto di forza sono i ragazzi che hanno fisici e talenti unici.

**Lei è stato il pioniere di questo**



Gabriele Rosa in costume locale in una delle tappe del viaggio in Kenya alla scoperta del suo progetto per l'atletica nato 32 anni fa

**Ho iniziato grazie al grande Tanui. All'inizio ci hanno contrastato: non abbiamo mollato**

**La Questura all'inizio mi ha aiutato molto con i visti. Mai chiesto nulla alle istituzioni**

**Sogno che la mia città si gemelli con questo Paese. Spero di avere lasciato un segno**

**modo di reclutare i talenti dalla maratona direttamente sul posto.**

All'inizio mi si mettevano i bastoni tra le ruote, poi tutti hanno capito e iniziato a seguirmi perché ero totalizzante. La Nike ha scelto noi e ci sostiene nella Discovery Kenya Cross Country, la gara che si è disputata domenica. Qui per i bambini fino ai 10 anni è solo una festa. I talentuosi tra i 16 e i 17 li inseriamo nei nostri training camp.

**Il metodo Rosa è rinomato nel mondo. Come funziona?**

È il frutto della mia modestia, ho imparato più dagli atleti che dagli studi di anatomia. Quando arrivai in Kenya, consapevole di essere un bravo allenatore, compresi subito che qui il metodo italiano non avrebbe funzionato e l'ho adattato. A Kapsait, a 3.000 metri di quota, ho iniziato a studiare e lavorare sulla resistenza. L'utilizzo di percorsi diversi permette di migliorare più aspetti e attraverso uno studio attento dei report ho personalizzato gli allenamenti di ogni atleta.

**Al centro della sua mission c'è il tema sociale.**

Grazie alla maratona la Kenya è passato da una media di 32 atleti nel mondo all'anno a migliaia. Il che significa aver dato un futuro concreto a tanti giovani e alle loro famiglie. Gli interventi su questo territorio sono molteplici.

ci: ad esempio paghiamo la retta scolastica ai ragazzi delle scuole secondarie, che diversamente non potrebbero permettersi un'istruzione adeguata. Un altro tema che abbiamo a cuore è quello delle donne. Qui sono «merce di scambio», i padri spesso le offrono come spose in cambio di mucche. Le nostre campionesse sono un esempio, ma per cambiare la mentalità serve tempo.

**Futuri progetti?**

Sto cercando di aprire un Camp dedicato al ciclismo.

**Dopo l'atletica, dunque, il ciclismo? A Brescia è uno sport molto popolare con grandissimi campioni.**

Ci provai già 28 anni fa, ma le strade non erano percorribili. Ora si può fare, ho già preso contatto col presidente del Comitato olimpico, la Federazione invece selezionerà giovani e donne. Adesso sono alla ricerca dei fondi necessari e spero che Brescia offra il suo contributo. Sogno un gemellaggio tra Brescia e il Kenya. Ho 80 anni, questa potrebbe essere l'ultima volta che vengo qui.

**Sicuro? Mai dire mai, si dice in questi casi...**

E allora significa che, se il progetto del ciclismo partirà, tornerò di sicuro in questa terra. Vorrei essere ricordato, spero di aver lasciato il segno.

### Il reportage

**Il nostro viaggio nel Kenya «bresciano» dello sport continua sul web**

Con la lunga intervista al dottor Gabriele Rosa, si conclude il reportage di Bresciaoggi in Kenya alla scoperta del metodo del cardiologo bresciano, che 32 anni fa ha deciso di andare nel cuore dell'Africa a scovare i talenti della corsa diventando l'allenatore più famoso e vincente dell'atletica mondiale.

Quello che potete leggere in questa pagina è l'ultimo articolo sull'edizione cartacea del reportage della «nostra» Silvia Avigo. Sul web il viaggio continuerà ancora per un giorno con un sintesi-video dell'intervista al dottor Rosa, disponibile già di primo mattino, e la visita a un ultimo camp al femminile prima del rientro della comitiva in Italia.

Un viaggio sicuramente affascinante, iniziato sul giornale di lunedì con la classicissima gara Discovery Kenya Cross Country, seguito giorno per giorno in tempo reale sia sul nostro sito [www.bresciaoggi.it](http://www.bresciaoggi.it) sia sull'edizione cartacea.

SCI ALPINO In Alta Vallecamonica

## Pontedilegno e Brixia uniscono le forze per i baby

La nuova società conta 12 atleti e ha già ottenuto buoni risultati



Sciatori e staff tecnico del Pontedilegno Tonale Racing Team

Angiolino Massolini  
sport@bresciaoggi.it

●● Tesserati di 2 Sci Club da sempre antagonisti riuniti sotto un unico cartello: Brixia e Ponte di Legno, grazie al Consorzio Ponte di Legno Tonale, hanno varato un nuovo team che sta gareggiando con onore nelle gare giovanili nazionali e internazionali.

Il Consorzio dell'Alta Vallecamonica ha fatto sua l'esigenza di mettere a disposizione dei ragazzi passati dalla categoria allievi ai giovani le risorse per permettere di continuare l'attività e soprattutto per non disperdere la possibilità di poter contare in futuro su atleti di qualità. L'unione tra i due club ha portato alla realizzazione del Ponte di Legno-Tonale-Racing-Team con Nicolò Caldarelli e Walter Ziliani al comando.

È un'iniziativa destinata a dare buoni frutti perché i 12 ragazzi, pur ancora tesserati con gli sci club di appartenenza, sono di fatto una formazione unica. Soprattutto guarda al futuro perché è stato varato un progetto quadriennale. Il passaggio dalla categoria allievi a quella superiore costringe da sempre la maggior parte degli sciatori a staccare la spina, o quantomeno a rallentare l'impegno agonistico per numerosi problemi, non ultimo quello finanziario.

Questo nuovo team è quan-

to di meglio potessero desiderare i ragazzi intenzionati a continuare l'attività. Bruno Faustinelli, presidente del club dalighese, e i fratelli Ledizzi, da sempre punti di riferimento del Brixia, stanno quindi camminando a braccetto anche se nelle categorie inferiori cercano di superarsi. Ma sono stati bravi nell'unire le forze: possono essere d'esempio ad altri.

**Sotto la guida** di Ziliani e Caldarelli si stanno allenando e gareggiando Francesco Calvi, Francesco Capelli, Mattia e Luca Cremaschini, Paolo Gaburri Cominelli, Emanuele Danesi, Luca Savoldelli, Francesco e Gabriele Tronconi, Sebastian Knox, Carolina Colombo, Irene Palazzini.

Faustinelli è entusiasta: «Grazie al Consorzio Ponte di Legno Tonale è stato possibile varare questo Racing Team che ci sta dando molte soddisfazioni. Con i fratelli Ledizzi abbiamo deciso di percorrere questa strada per consentire ai nostri giovani di gareggiare, crescere e per poter un giorno non troppo lontano fare la fortuna dello sci alpino bresciano. Ringraziamo il Consorzio Ponte di Legno Tonale per il supporto e siamo certi di poter festeggiare a fine stagione risultati di prestigio. Ma la soddisfazione più grande è fare gareggiare i nostri ragazzi».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

SCI ALPINO Speciale Fis junior ad Alleghe

## Romele resta nella scia dei grandi: chiude 5°

Nel supergigante di Bardonecchia l'azzurra Nadia Fenini si classifica al 13° posto

●● Una top five e altri discreti piazzamenti sono il bottino di giornata dei nostri giovani sciatori di scena sulle montagne venete e piemontesi.

Il più migliore ieri è stato Federico Romele, da quest'anno al Gs Carabinieri, 5° nello slalom speciale Fis junior di Alleghe (Belluno). Dopo aver chiuso ai piedi del podio la 1ª prova a 31 centesimi, dal vin-

citore Edoardo Saracco, nella 2ª ha perso una posizione chiudendo a 1°03.

Alberto e Jacopo Claudani (Val Palot) si sono classificati al 18° e 19° posto a 2°76 e 3°21. Al 23° posto il compagno di club Paolo Valoti, a 3°55. L'azzurra Nadia Fenini (Aprica) ha conquistato il 13° rango nel supergigante Fis di Bardonecchia con la vittoria di Sofia Vadagnini, alla quale ha reso 61 centesimi. Le prime 20 classificate hanno concluso racchiuse in un solo secondo.

● A.Mas.

© RIPRODUZIONE RISERVATA