

A New York

Maratoneti per studiare la fatica

Alla maratona di New York parteciperanno anche quattro studenti friulani. Guidati dal docente Ivan Zadro, quattro ragazzi al terzo anno di Scienze motorie dell'Università di Udine a Gemona del Friuli sono pronti per partire alla volta della Grande Mela, con l'obiettivo di arrivare al traguardo in meno di quattro ore. Luca Rustja, Gianni Stelitano, Daniela De Crignis e Matteo Chiarandia sono i primi studenti che prendono parte al percorso più famoso del mondo che il 1° novembre si snoderà per 42 chilometri e 195 metri attraverso i quartieri di New York.

L'iniziativa, dal titolo "Scienze motorie alla New York Marathon '09. 20 miles with legs, 6,2 with heart", ha preso il via un anno fa, con una preparazione atletica graduale. «Un modo per dimostrare che per un'impresa simile – ha spiegato Rustja – ci vuole un allenamento costante e non si può improvvisare». Anche un monito per i corridori amatoriali che si improvvisano atleti, partecipando ad una serie di maratone locali, senza essere sufficientemente preparati.

«Si tratta di competizioni impegnative – ha continuato – per cui bisogna adattare il fisico». La maratona non è so-

lo sport, ma anche scienza. «Rappresenta il più grande test che si possa effettuare sul proprio corpo – ha aggiunto l'assessore provinciale allo sport Mario Virgili – perché permette di superare i propri limiti. È un'impresa, con complesse basi scientifiche che va presa con metodo».

I ragazzi hanno ricevuto una spilla della Provincia, in modo da portare simbolicamente la città di Udine a New York. «Un motivo di orgoglio – ha commentato il presidente del corso di laurea Pietro Enrico di Prampero – proprio nel decimo anno di attività del corso».

L'iniziativa, finanziata da

alcuni sponsor, tra cui Provincia, Comune di Gemona, Cus Udine e Gruppo Arteni, vuole essere anche un invito allo sport «portatore di valori come la salute e l'aggregazione».

«Ci vorrebbero 10 mila passi al giorno – ha ricordato il professor Claudio Bardini – per stare in forma, circa 6-7 chilometri a piedi».

Hanno partecipato alla presentazione dell'iniziativa a palazzo Belgrado anche il docente Faustino Anzil, il presidente del Coni provinciale Silvano Parpinel e il presidente del Cus Udine Gian Luca Bianchi.

Ilaria Gianfagna