

# Sui 42 km la più forte è di Valenza

A «soli» 26 anni vince il titolo italiano di maratona a Cividale del Friuli

Corre per l'Atletica Fanfulla ma è valenzana la neocampionessa italiana di maratona. Elisa Stefani ha vinto in 2h 40' 53" l'Unesco Cities Marathon, gara che univa Aquileia a Cividale del Friuli passando per Palmanova ma il tempo è passato in secondo piano di fronte al titolo tricolore messo in palio e ottenuto a 26 anni, una «giovane età» per le specialiste della lunga distan-

za che solitamente danno il meglio dopo i 30 anni.

Peraltro il riscontro cronometrico non è il personale della Stefani che a dicembre aveva vinto la maratona d'Italia a Reggio Emilia in 2h 37' 54", «ma in Friuli, la seconda parte del tracciato era controvento e fare il tempo era quasi impossibile» spiega la podista di Valenza che rimane coi piedi per terra: «Anche se fa piacere, la vittoria non ti cambia la vita perché tutto rimane come prima». Il successo ha significato i complimenti degli affetti più cari («Mia mamma era per la prima volta al mio seguito e sono felice di aver vinto con lei ad aspettarmi assieme a mio papà e a mio fratello» riconosce con orgoglio) e di tanti ap-



Elisa Stefani in azione: percorre 130 km a settimana

passionati anche se l'emozione più forte è arrivata lunedì scorso quando una sua alunna (insegna educazione motoria alle elementari di Bassignana; ndr) che aveva seguito via internet la corsa gli ha consegnato una sorta di libretto con tutto il suo curriculum sportivo.

Un successo che la Stefani ha dedicato ai tanti che l'hanno accompagnata nei suoi primi anni di atleta, «dalla mia famiglia alla mia società dove ho trovato persone che seguono non solo l'atleta ma anche la persona; il mio presidente poi è un riferimento umano importante. La mia allenatrice Silvana Cucchietti ha sempre creduto in me ma non posso dimenticare Pietro Barbero, il mio primo allenatore».

Per arrivare a vincere una maratona la fatica è tanta perché la preparazione di un maratoneta impone di correre 130 chilometri a settimana con specifici carichi di lavoro per migliorare passo e velocità sempre facendo coincidere gli allenamenti con la vita quotidiana. Per il futuro, la neo campionessa italiana di ma-

**Dice: «A fine aprile mi cimenterò sui 10 mila. Il mio sogno? La maglia azzurra»**

ratona ha le idee chiare: «A fine aprile correrò in Piemonte una prova sui 10.000 in pista perché per migliorarsi occorre confrontarsi con le più forti, mentre in autunno in programma c'è un'altra maratona dove cercare di migliorare il personale» anche perché il sogno della maratoneta di Valenza è quello di indossare la maglia azzurra. [M.I.]