

30 giorni o poco più...

22 settembre 2009

Mancano poco più di 30 giorni all'appuntamento con la **Venice Marathon 2009**.

Prosegue con intensità l'avvicinamento degli aspiranti runners, soprattutto dal punto di vista della preparazione atletica. Sono molti coloro che tra Alassio e Laigueglia conoscono ormai donne e uomini con maglietta gialla che corrono quasi quotidianamente.

Si infittiscono anche gli appuntamenti dedicati al controllo dietistico e psicologico. E sta arrivando il momento di alcuni accertamenti di laboratorio utili a verificare come i runners hanno modificato alcuni parametri, sia a seguito dell'allenamento sia per la dieta individuale proposta.

E' il momento di affinare la preparazione: ma anche di controllare la condizione psicologica che ora verrà concentrata sui "numeri" che compongono una maratona. **42 saranno i numeri che indicano i chilometri:** 42 saranno i passaggi che i maratoneti dovranno saper gestire all'interno di una prestazione sicuramente impegnativa. Sono stati pienamente rispettati tempi e metodi, così come impostati nel programma di preparazione. Ora i dettagli. Manca poco anche alla proclamazione dei due vincitori del casting promosso in primavera. Il lavoro degli organizzatori è difficile, perché sono molti gli atleti che meriterebbero questo riconoscimento. D'altronde, solo una donna e un uomo potranno partecipare a questa sfida avvincente a titolo gratuito. E' però ormai assodato, a riprova dello spirito di gruppo e dell'amicizia che si è creata tra i runners, che la maggior parte di loro comunque sarà a Venezia, per partecipare, anche a proprie spese, ad una avventura che non ha eguali.

Presto, i due vincitori saranno on line: saranno presentati un po' più a fondo, ma uno spazio adeguato ci sarà anche per coloro che comunque non hanno mai fatto mancare impegno e determinazione, pur non risultando vincitori.

Sono in preparazione anche altre importanti novità: Venezia si sta avvicinando e tra poco sarà parte della storia di Alassio In Salute Sport. Ma si profilano all'orizzonte altre possibili manifestazioni. Appuntamento, quindi, su questo sito, e tra pochissimo