

## ANNA INCERTI VOLA A ZURIGO PER DIFENDERE IL TITOLO DI CAMPIONESSA EUROPEA

Scritto da passarello

Martedì 12 Agosto 2014 10:08 - Ultimo aggiornamento Mercoledì 13 Agosto 2014 10:49

---



Per questo europeo ho cercato di prepararmi nel migliore dei modi, mi posso ritenere soddisfatta del lavoro svolto fin ora. Il percorso gara non sarà per niente facile: oltre i classici 42,195km ci saranno da affrontare 4 salite di 1,4km con annesse discese, che sicuramente renderanno la vita difficile a me ed alle mie avversarie. Per questo motivo, con il prof Ticali, abbiamo cercato di lavorare bene sulla parte muscolare, cercando di migliorare il mio punto debole... la forza.

Sono passati 24 mesi dalla mia ultima maratona, ed in questo frangente sono diventata mamma di Martina e sono rientrata alle competizioni solo quest'anno. Cercherò di correre in modo intelligente in un percorso che, se interpretato male, può "sconvolgere" la classifica anche nel finale.

Ho un titolo europeo da difendere, e questo non sarà sicuramente facile, ma darò il 100% per me, per la Sicilia e per i colori azzurri.

Nell'ultimo periodo mi sono allenata in altura, sono stati 25 giorni di allenamenti faticosi in Svizzera. Il professore Ticali ha seguito, passo dopo passo, tutta la preparazione ed i riscontri cronometrici sono buoni, ma la gara propone molte variabili. A Zurigo avrò al mio fianco il professore Tommaso Ticali, unico tecnico siciliano convocato ufficialmente per questi campionati Europei.

Il professore Ticali dichiara:

Abbiamo iniziato a lavorare a Bagheria in vista degli Europei già ad aprile , a luglio ci siamo trasferiti a St.Moritz dove l'atleta ha svolto la parte più importante della preparazione per poi ritornare a Bagheria a trasformare i lavori svolti in altura. La favorita numero uno della competizione è Valeria Straneo ch'è la vice campionessa mondiale di maratona, ma le pretendenti al titolo europeo sono tante, dalla Portoghese Augusto(camp. Europea di corsa campestre) alla Etiope naturalizzata Turca Abeylegesse , la francese Daunay ,tutta la squadra russa| e tante altre, comunque Anna venderà cara la pelle, ha raggiunto un ottima condizione di forma e cercherà di difendere il titolo conquistato a Barcellona .

La gara sarà molto difficile sia per il caldo, ma principalmente per il percorso molto impegnativo. Per Anna Zurigo sarà la sua terza partecipazione ad un campionato Europeo ,il primo nel 2006 a Goteborg da esordiente si è classificata al nono posto, nel 2010 a Barcellona ha vinto il titolo europeo. L'Italia cercherà di difendere anche il titolo europeo a squadre conquistato a Barcellona.

La gara sarà trasmessa in diretta su rai sport 1 sabato 16 agosto alle ore 9,00.