

OTTIMA TRASFERTA INGLESE PER ANNA INCERTI E STEFANO SCAINI

Scritto da Alberto Stretti

Domenica 20 Maggio 2012 20:45 - Ultimo aggiornamento Lunedì 21 Maggio 2012 06:00

OTTIMA TRASFERTA INGLESE PER ANNA INCERTI E STEFANO SCAINI



Trasferta inglese decisamente positiva sia per Anna che per il marito Stefano. Una gara, quella di Manchester, che porta da sempre bene a loro e dove sono graditi ospiti ogni anno. Una tra le più rinomate gare su strada a livello mondiale con oltre 40 mila e un cast a dir poco strepitoso sia tra le donne che tra gli uomini. Una gara decisa dopo pochi chilometri con la nostra Anna a controllare saggiamente l'andamento del gruppetto di testa intruppata al suo interno e dimostrando in tutto l'arco della gara un grande acume tattico che la portava a distribuire molto saggiamente le proprie energie. Quando al quinto chilometro Linet Masai, vicecampionessa mondiale sui 10000 piazzava la "strappata" vincente con due incredibili chilometri corsi a 3'08 e 3'04 la maratoneta siciliana lasciava "sfogare" le avversarie per poi salire col suo passo e

Scritto da Alberto Stretti

Domenica 20 Maggio 2012 20:45 - Ultimo aggiornamento Lunedì 21 Maggio 2012 06:00

rimontare alcune avversarie."Bene...sono contenta della mia prova...il tempo finale di 32'24" mi soddisfa ampiamente.Ho corso dodici secondi piu forte dello scorso anno su questo circuito"cosi ci racconta la portacolori delle Fiamme Azzurre "quando la Masai ha strappato avrei potuto seguirla ma ho preferito salire col mio passo da maratoneta quale sono.Vorrei ricordare che davanti a me tutte atlete che sono molto piu veloci di me essendo finalizzate entro dieci giorni ad un diecimila."Anna Incerti dimostra ancora una volta di riuscire a dare il meglio di se negli scontri internazionali con le migliori al mondo "Si..proprio una grande gara.Sono altresì contenta perchè sto iniziando ad affrontare il primo periodo di carico in vista delle Olimpiadi e sapevo quindi di non essere brillante sulla velocità."

Un dato statistico per gli amanti dei numeri:Anna passa ai 3k in 9'29" e ai 5k in 15'48 e 25'39 agli 8k....tempi velocissimi su strada...quasi tempi da pista!!Gara maschile senza parole dove l'eterno Haile GebreSilassie imponeva ritmi vertiginosi da subito con 8'05 ai tremila e 13'31 ai cinquemila per involarsi in uno strepitoso assolo.Si classifica 11esimo assoluto col suo nuovo primato personale sulla distanza il marito di Anna Stefano Scaini capace di fermare i cronometri ad un fantastico 29'38".Una prestazione magistrale per Stefano,non piu atleta professionista,che trova una dimensione eccellente come stradista.Ci ruba il microfono Stefano stesso "Una gran bella gara dove mi sono espresso al meglio su percorso di quelli che piacciono a me col finale abbastanza duro!!Arrivare poi a meno di 1min20sec dal primatista del mondo di maratona Makau in una gara lanciata a ritmi vertiginosi dal mio idolo di sempre Haile Gebresilassie...beh...una soddisfazione immensa che mi ripaga dei tanti sacrifici che sto facendo per combinare i turni al lavoro e gli allenamenti".Raggiunto telefonicamente il loro coach Tommaso Ticali decisamente contento per la trasferta inglese dei suoi ragazzi che cosi si esprime: "Sono pienamente soddisfatto di Anna e Stefano.Anna aveva bisogno di un simile appuntamento internazionale per saggiarsi e le risposte sono state ampiamente positive contro atlete da pista e tenendo dietro forti maratonete internazionali come Yamauchi e Jerotich.Ha appena cominciato il lavoro importante in vista delle Olimpiadi e sono proprio contento della prova odierna.Stefano mi sorprende sempre piu:in una gara cosi difficile e con simili avversari è stato capace di migliorare il proprio personale sui 10k;non è mai andato cosi forte su questa distanza!!e' perfettamente riuscito a calibrare gli impegni lavorativi con gli allenamenti.Un piccolo aneddoto:questa settimana ha avuto due volte il turno notturno.".Complimenti ad Anna e Stefano per l'ottima prova.Tanta fiducia e motivazione per affrontare l'importante periodo di allenamento che sta iniziando