

Pavel Nedved: il calciatore che adorava le ripetute

Scritto da Rodolfo Lollini – Redazione Podisti.net

Giovedì 05 Aprile 2012 10:01 - Ultimo aggiornamento Giovedì 05 Aprile 2012 11:22



Nedvěď non ha smesso di correre. Appese le scarpe di calcio al chiodo, Pavel continua con il suo moto perpetuo per cui era ben conosciuto sul rettangolo verde. A Praga, sabato scorso, è stato tra le guest star della Hervis Half Marathon, dove con 1:43:44, è riuscito ad abbassare di oltre quattro minuti il tempo che aveva realizzato due anni fa.

Ma questa notizia è solo lo spunto per parlare del rapporto speciale che l'ex Pallone d'Oro ha sempre avuto per la corsa.

Pavel Nedved: il calciatore che adorava le ripetute

Scritto da Rodolfo Lollini – Redazione Podisti.net

Giovedì 05 Aprile 2012 10:01 - Ultimo aggiornamento Giovedì 05 Aprile 2012 11:22

Dal fisico gracile, Nedved ha costruito i suoi successi sulla sua grande forza di volontà, che si traduceva in allenamenti duri, in molti casi in solitario, dove la corsa era sempre tra i principali ingredienti.

Il campione Ceco ha cominciato a correre per necessità, come antidoto all'esile corporatura. Un problema ancora più grande in quanto, col suo talento, veniva sempre fatto giocare con ragazzi più vecchi di lui. E allora, complice il padre, via a correre avanti e indietro per potenziare il tiro da fuori area, oppure in gara con gli amici fino al lago Amerika e ritorno, come ci racconta Luigi Garlando nel suo libro "Il giallo di Nedved".

Una volta cresciuto, non ha più smesso. Quando approda al Duckla Praga, incontra il decatleta Thomas Dvorak, tre volte campione del mondo. Lo vedeva in movimento dalle 7 di mattina alle 7 di sera ed anche lui finisce per considerare gli allenamenti di squadra come un semplice prologo per mille giri di campo supplementari, mentre i suoi compagni sono già sotto la doccia.

A Roma, sponda Lazio, incrocia Zeman ed è tra i pochi a non soffrire la sua "cura" negli allenamenti. Stessa cosa in bianconero, sempre in prima fila con il "Marine" Giampiero Ventrone. Restano famose alcune sue discussioni con altri preparatori atletici, ai quali chiedeva spesso di "aumentare" il carico di lavoro.

Adorava le ripetute: testuale dichiarazione. D'inverno non era insolito vederlo allenarsi ai 2000 metri di Pila, in altura. D'estate si fermava solo cinque o sei giorni. E quando si presentava al ritiro precampionato era sempre il più in forma: 40 battiti a riposo, massa grassa come un maratoneta, 3400 metri sul test di Cooper (12 minuti di corsa).

E che la corsa sia sempre stata una parte integrante della sua vita è testimoniato anche dal titolo della sua autobiografia: "La mia vita normale. Di corsa tra rivoluzione, Europa e Pallone d'oro".

Tornando a sabato, dalle informazioni gentilmente messe a disposizione da Diana Rybachenko del comitato organizzatore, Nedved ha corso insieme all'amico ed ex compagno di squadra allo Sparta Tomáš Pěček, con il compagno di nazionale Tomáš Votava e con il Direttore Marketing

Pavel Nedved: il calciatore che adorava le ripetute

Scritto da Rodolfo Lollini – Redazione Podisti.net

Giovedì 05 Aprile 2012 10:01 - Ultimo aggiornamento Giovedì 05 Aprile 2012 11:22

Adidas per la Repubblica Ceca David Horak.

Alternandosi a turno come battistrada, il quartetto ha tenuto un ritmo attorno ai 5' al km, all'inizio un poco rallentati dal grande "traffico" di concorrenti da sorpassare. Nel finale, malgrado il forte vento contrario, hanno finito in crescendo.

Visto il buon risultato, ottenuto senza particolari sofferenze, tra sei settimane Nedved dovrebbe esordire in maratona sempre in Repubblica Ceca, alla Volkswagen Prague Marathon. Nel frattempo ha già testato un lungo da 30 km ed è un poco preoccupato per le sue articolazioni, provate da mille battaglie.

E' da anni che ha in mente di provare questa gara ed ora è sua intenzione farlo al più presto, prima di diventare troppo vecchio, ha dichiarato Nedved che peraltro compirà, ci permettiamo di scrivere, solo 40 anni nel prossimo agosto. Il problema è che non scherza quando dice così. Forse sarà il caso di rassicurarlo.

E poi con i suoi impegni manageriali alla Juventus, confessa di non riuscire ad allenarsi per bene. Visto il soggetto, non osiamo pensare quali chilometraggi percorrerebbe se avesse maggior tempo a disposizione.

rodolfo.lollini@podisti.net