

Valeria Straneo torna in pista sui 10.000

Scritto da Runners Comunicati

Venerdì 01 Giugno 2012 18:59 - Ultimo aggiornamento Venerdì 01 Giugno 2012 18:02



Fa tappa in Spagna la corsa di Valeria Straneo verso Londra 2012. A un mese e mezzo dal suo record italiano di maratona siglato a Rotterdam in 2h 23' 44", che le ha regalato il pass per la maratona olimpica, l'atleta piemontese è pronta a scendere sulla pista dei 10.000 dello stadio di Bilbao. Sarà infatti la rinomata città dei Paesi Baschi ad accogliere domenica 3 giugno la Coppa Europa delle Nazioni dei 10.000 m. Qui Valeria farà il suo test intermedio in vista della maratona di Londra del prossimo 5 agosto assieme alle compagne della Nazionale Italiana convocate dalla Fidal. Nel 2011 era stata proprio la squadra femminile ad aggiudicarsi la vittoria nella competizione europea.

Per l'atleta del Runner Team 99, abituata alle corse sulle lunghe distanze, sarà quasi un esordio: il suo ultimo 10.000 risale a giugno dello scorso anno a Torino dove ottenne il suo personale in 32'35".

“Dopo la maratona di Rotterdam ho staccato un attimo la spina – ci racconta Valeria- ho recuperato le energie praticando sport alternativi come bici e nuoto. Da qualche settimana ho ripreso gli allenamenti di qualità e quantità: la settimana di raduno federale a Riva degli Etruschi mi è stata molto utile per trovare concentrazione e nuovi stimoli. In quest'ultima settimana la

Valeria Straneo torna in pista sui 10.000

Scritto da Runners Comunicati

Venerdì 01 Giugno 2012 18:59 - Ultimo aggiornamento Venerdì 01 Giugno 2012 18:02

mia allenatrice Beatrice Brossa mi ha fatto fare anche alcuni lavori di ripetute veloci in pista in vista dei 10.000 di Bilbao. Soffro un po' i ritmi veloci e ad oggi non mi sento ancora pronta per correre un diecimila veramente forte, quindi a Bilbao sarà un bel test per vedere la mia condizione su questa distanza”.

Bilbao sarà il suo secondo impegno in Nazionale, dopo la partecipazione agli Europei di cross del 2011 in Slovenia, dove si piazzò decima. Da lì prenderà il via lo sprint finale verso Londra, con gli allenamenti di rifinitura sulle alture di Saint Moritz, dove la Straneo si ritirerà a fine giugno con le altre maratonete della Nazionale pronte per le Olimpiadi.

(Foto di Roberto Mandelli - Podisti.Net)