

## **Pertile: "Con la testa sono già a Londra"**

Scritto da Ufficio Stampa Assindustria Sport Padova  
Venerdì 07 Ottobre 2011 21:29 -

---

«La mia preparazione? E' già proiettata per essere al top a Londra 2012. Prima correrò una maratona in primavera, tra fine febbraio e inizio marzo, probabilmente all'estero. E poi affronterò quella dei Giochi Olimpici, l'avvenimento che ogni atleta aspetta più di qualsiasi altra cosa». Ruggero Pertile era praticamente a casa sua, giovedì sera, allo stadio Colbachini, in zona Arcella a Padova. Davanti a lui, infatti, i «collegi» del Gruppo Podistico di Assindustria Sport, in un incontro organizzato da Antonio Petterlin, attivissima guida del Gruppo.

Sala piena, al Colbachini, con tutti i presenti interessati ai segreti del miglior maratoneta italiano in attività. C'è chi gli chiede di rivivere la prova offerta ai Mondiali di Daegu: «Ho corso regolare da subito, con l'idea di recuperare quanti sarebbero crollati nel corso della gara». Chi lo interroga sullo stato della disciplina in Italia: «Non è vero che non ci sono giovani in prospettiva. E' che a loro andrebbero affiancati atleti più esperti, in grado di farli crescere». Chi, ed è un classico, gli domanda qualche dritta sull'alimentazione: «E' fondamentale bere, non dimenticatelo mai. Bere prima, durante e dopo la gara». E chi gli chiede di svelare alcune sue curiosità personali: «Nel preparare una maratona arrivo a correre 200 chilometri a settimana, ma c'è chi ne fa di più. Il mio rapporto con l'orologio? Ho la fortuna di sapermi regolare perfettamente: se adesso vuoi che vada in pista a correre un giro in 60 secondi, riesco a farlo subito, senza bisogno di guardare il cronometro. I miei battiti cardiaci? In prossimità della maratona arrivo ad averne 40 al minuto, a riposo, in altri periodi mi assesto sui 44. E sono 180 sotto massimo sforzo».

Alla fine, la serata si chiude tra gli applausi generali e chi lo invita a firmare un autografo e a posare per una foto. Con l'«in bocca al lupo» di tutti rivolto a un atleta che, pur essendo arrivato a rappresentare l'Italia ai Giochi Olimpici e ai Mondiali, conserva l'umiltà e la disponibilità del ragazzo «alla mano» che è sempre stato.

Per Pertile, il prossimo sarà un fine settimana di riposo.