

## New York e il harakiri di Mary Keitany

Scritto da Maurizio Lorenzini - Redazione Podisti.Net

Giovedì 10 Novembre 2011 00:40 - Ultimo aggiornamento Giovedì 10 Novembre 2011 23:23

---



Si sono appena spenti i riflettori sulla maratona più raccontata del mondo ed è già tempo di gioire oppure recriminare per i risultati ottenuti, ciò vale per tutti i partecipanti, di qualunque livello prestazionale, ma ancora di più per i top runners.

La maratona maschile tutto sommato presenta una classifica in linea con le previsioni, semmai è da notare come sia stato letteralmente frantumato il precedente record della gara, con Geoffrey Mutai che ha chiuso in 2 h 05'06 (il precedente era 2h 07'43); anche il secondo e terzo classificato, rispettivamente Emmanuel Mutai e Tsegaye Kebede, sono rimasti sotto il precedente primato.

Lo svolgimento della gara non ha presentato particolari avvicendamenti al vertice e dopo 30 chilometri Geoffrey ha fatto gara a se su ritmi incredibili; in effetti un differenziale di 10 sec/km sugli avversari, a quei livelli, è tantissimo.

Allo stesso modo pareva accadere nella gara femminile, anzi, già dopo pochi chilometri la favorita Mary Keitany prendeva il volo con una facilità impressionante, con dei passaggi pazzeschi (alla mezza e' transitata in 1h07'56 e due minuti abbondanti di vantaggio su Dado e Deba...). Gap ancora consistente sulle inseguitrici al km 30 (1'48) e 35 (1'18) e poi tutte insieme

## New York e il harakiri di Mary Keitany

Scritto da Maurizio Lorenzini - Redazione Podisti.Net

Giovedì 10 Novembre 2011 00:40 - Ultimo aggiornamento Giovedì 10 Novembre 2011 23:23

---

al km 40, ma con la Keitany in calo. Alla fine ha vinto Firehiwot Dado (che ricordiamo vincitrice per ben tre volte della maratona di Roma) per pochi secondi su Buzunesh Deba e Mary Keitany che ha ceduto e terminato a 23 secondi dal primo posto.

Insomma, una gara un po' folle della Keitany. Spregiudicatezza? Eccessiva convinzione dei propri mezzi? O che altro? Ognuno può farsi la sua idea ma per una valutazione professionale ci affidiamo direttamente al suo coach, Gabriele Nicola, che passa 8 mesi all'anno a Iten, sugli altipiani, vive e convive con le realtà quotidiane di questi grandi atleti, conosce a fondo sia gli aspetti tecnici che tutto quello che si trova dietro.

D: Gabriele, innanzitutto come stai e dove ti trovi adesso?

*Rispondo alle vostre cortesi domande dall' aeroporto di New York sulla via del ritorno in Italia. Ero in Kenya sino a pochi giorni fa e sono venuto in Europa per la maratona di Francoforte, mentre ho speso l'ultima settimana negli USA con la Keitany.*

*Per il resto sono molto deluso ed amareggiato per la gara di Mary a NY, ma dobbiamo reagire e riflettere molto su quanto accaduto domenica scorsa.*

D: Come hai visto la maratona di New York (gara femminile a parte), che ne pensi dei risultati?

*Penso che la classifica della gara maschile rispecchi i valori della vigilia, che grazie anche ad un meteo fantastico sono andati fortissimo e che ormai siamo entrati nell'era dei "turbodiesel", ovvero maratoneti capaci di frazioni velocissime durante la gara già in presenza di una andatura di base elevata.*

*Geoffrey Mutai e' oggi indubbiamente il miglior maratoneta al mondo ed ha dominato una gara di alto valore.*

D: Andiamo al punto, cosa è successo a New York alla Keitany?

## New York e il harakiri di Mary Keitany

Scritto da Maurizio Lorenzini - Redazione Podisti.Net

Giovedì 10 Novembre 2011 00:40 - Ultimo aggiornamento Giovedì 10 Novembre 2011 23:23

---

*Sono successe tante cose insieme ma il succo e' che ha perso il controllo di se stessa all'inizio ed e' andata incontro ad un suicidio agonistico perdendo una gara che avrebbe vinto facilmente.*

*Ma andiamo con ordine.*

*La tattica della vigilia, pensando anche al main goal di Londra 2012, prevedeva una gara autoritaria e di testa dall' inizio su valori da 3'21/3'22 al km (70'45/71' a meta' gara) con l'obiettivo dichiarato di vincere con il nuovo primato della gara (2h 22'31" della Okayo nel 2003).*

*Mary correva con un gps che sul display segnalava la velocita' di ogni singolo km ma, una volta trovatasi in testa, ha perso il controllo di se' e si e' fatta trascinare dal pubblico e dalla voglia di strafare. E si e' suicidata.*

*Infine, e' bene dire che il calo vistosissimo dopo i 35K va attribuito in parte anche al riacutizzarsi di un infortunio al gluteo destro che l'aveva già disturbata in passato in training.*

D: Quando hai parlato con Mary, dopo la gara, cosa le hai detto?

*Sorry per la sconfitta, abbiamo perso una gara già vinta perche' il ritmo iniziale era troppo alto (ho usato il plurale perche' deve essere chiaro alla ragazza ed a tutti che io voglio dividere al 100% con lei la sconfitta) e che non sarà un giorno così drammatico se lei riuscirà a trarne una lezione per il futuro in vista di Londra 2012.*

*Ho concluso poi spiegandole quello che diceva la mia nonna, ovvero che le vittorie ed i giorni belli ti rendono felice ma le sconfitte ti rendono migliore perche' ti fanno riflettere...*

D: Quali saranno le prossime gare di Mary e degli altri atleti top della Demadonnathletics?

## New York e il harakiri di Mary Keitany

Scritto da Maurizio Lorenzini - Redazione Podisti.Net

Giovedì 10 Novembre 2011 00:40 - Ultimo aggiornamento Giovedì 10 Novembre 2011 23:23

---

*In quanto alla Keitany e' troppo presto per parlarne. Deve tornare a casa, riposarsi un po' e poi con calma assieme con lei e con Gianni Demadonna decideremo cosa fare da Gennaio in avanti.*

*Discorso simile per gli altri, aspettiamo che la stagione si concluda e poi parleremo di futuro*

D: Quando ti rivediamo in Italia?

*Saro' a Torino per la maratona del prossimo week-end perche' e' la gara della mia citta', non posso e non voglio mancare mai.*

*Sara' anche l'occasione per stare qualche giorno in famiglia a riprendersi dal brutto ko di NY.*

*Come ho detto prima, abbiamo perso insieme e soprattutto un bravo insegnante (se io lo sono o no lo devono dire gli altri, ovvio) quando una sua alunna viene bocciata deve sempre considerare tra le ragioni del insuccesso se e' stato capace di farsi capire...*

Grazie per il tuo contributo

*(Foto di Roberto Mandelli - Podisti.Net)* [SERVIZIO FOTOGRAFICO](#)