



Domenica 2 settembre a Premeno si è corsa la terza edizione del Gran Fondo dei 5 Comuni, gara di 21,8 km con un duro percorso che si snoda in una delle più belle zone del Piemonte. Difatti, dal comune di partenza gli atleti sono scesi verso il Parco Naturale della Trinità di Ghiffa per poi salire, tra sentieri sterrati e strade asfaltate, verso Arizzano, Vignone e Bèe e ritornare così alla Villa Bernocchi, da dove erano partiti.

Dominatore della competizione è stato l'atleta italo-etiope Dereje Rabattoni, che con il tempo di 1h25'36" si è imposto su Claudio Caretti ed Ennio Frassetti.

Rabattoni, atleta del Runner Team 99 Volpiano, è nato in Etiopia ma, all'età di 6 anni, è stato adottato da una famiglia mergozzese: il padre Roberto si occupa tutt'ora di adozioni dall'Etiopia con una associazione Onlus, mentre la madre vive a Mergozzo, con la sorella Elena e la sua famiglia. Si avvicina allo sport come tutti i bambini iniziando a giocare a calcio: "Fin dalle media ho giocato nel Gravellona calcio, perché i miei idoli erano Viali, Ravanelli e i giocatori della Juve, ma il calcio mi ha stancato per la mancanza di rispetto e di sportività sia in campo sia fuori dal campo, tra gli spettatori." L'occasione per avvicinarsi alle corse fu un piccolo incidente accorsogli nel 1999, che lo obbligò a lasciare il pallone per dedicarsi all'atletica: *"Nell'atletica ho trovato uno sport e un ambiente sano, pulito e rispettoso, che mi ha entusiasmato da subito, e che, grazie al supporto soprattutto del mio papà, ho iniziato a praticare continuamente e con*

*buoni risultati*

”

A 14 anni, correndo con la Co-Ver, arrivano i primi successi, ma l'anno di grazia sembra essere il 2002, quando diventi vicecampione italiano junior di Mezzamaratona e di corsa campestre e conquisti la maglia della nazionale ai mondiali di cross a Dublino. Ricordi ancora le emozioni provate nel vestire la maglia azzurra?

*Proprio con questi successi inizia la mia carriera agonistica più soddisfacente, con ottimi piazzamenti grazie anche all'interesse della società Co-Ver che ha creduto da subito nelle mie potenzialità e nella mia passione anche se ero agli esordi. In occasione dei campionati mondiali di corsa campestre in Irlanda, nel 2002, ho avuto la possibilità di vestire per la prima volta la maglia azzurra: un'eccitazione incredibile, mi sembrava veramente di aver raggiunto l'apice del mio successo e della mia carriera. Purtroppo, l'emozione mi ha tirato un brutto scherzo: partito veramente veloce davanti a keniani, marocchini ed etiopi, dopo un chilometro mi hanno ripreso e superato e sono arrivato terz'ultimo. Poi, però, mi sono rifatto in occasione dei campionati europei di corsa campestre, nel dicembre 2002 a Medulin in Croazia, dove controllando forza ed emozione sono arrivato ventiduesimo, ottenendo così la medaglia di bronzo a squadre, primo risultato storico della squadra juniores italiana di corsa campestre.*

Ad questo punto entri nell'esercito e ci rimani per tre anni: cosa ti rimane di questa esperienza? *Grazie ai risultati sono stato contattato dall'esercito italiano, dove sono rimasto tre anni per cercare di crescere e realizzarmi nella carriera agonistica. Il risultato purtroppo è stato deludente, quindi sono tornato a vestire i panni civili, nel Runner Team Volpiano, cercando comunque di mantenere viva la mia passione anche in campo lavorativo, dove infatti ho iniziato a collaborare con importanti aziende del settore running fino ad approdare alla Brooks. Per questa azienda sono sales rep. in alcune zone d'Italia (Piemonte, valle d'Aosta, Liguria, Emilia, Marche Umbria e Toscana) e faccio circa 50/55 mila km all'anno in macchina.*

Quale gara ricordi con più piacere? Perché?

*Il ricordo più piacevole è sicuramente legato al più grande successo che ho ottenuto, quello degli Europei del 2002, quando ho tenuto la bandiera italiana per tutto il giorno, portandola in giro anche fuori dal campo fino a quando sono andato a dormire!!*

Di recente hai vinto il Gran Fondo dei 5 Comuni e il Giro del Lago di Mergozzo, ma la tua presenza alle gare del VCO e del Novarese non è assidua come qualche anno fa: come mai? Ti

concentri su altri tipi di competizioni?

*Negli ultimi anni, sia per via del lavoro che per motivi personali, è sempre più difficile per me essere presente sul lago: a volte mi allontanano per lavoro anche qualche mese e da quasi due anni ho cambiato pure residenza.*

Tra impegni lavorativi e familiari, quanto tempo riesci a dedicare agli allenamenti? Hai un coach?

*Il mio allenatore è la mia passione per la corsa; dovunque io sia e con chi mi trovi, metto le mie scarpette, che anche in macchina non mancano mai, e corro finché ne sento il bisogno.*

Hai qualche progetto per il futuro?

*Beh certo...chi non ne ha?....a parte gli scherzi...mi piacerebbe un giorno provare una maratona...anche se so che non sarà facile sia per lo sforzo fisico che richiede, sia per lo sforzo psicologico, soprattutto per me che sono sempre stato un mezzofondista. Comunque prima o poi una maratona, magari addirittura New York, non me la leva nessuno!!*

Perché corri?

*La corsa per me è una medicina, mi guarisce da ogni male, dalle preoccupazioni, dallo stress della vita quotidiana. Sono innamorato della corsa soprattutto quando mi permette di passare giornate come quella a Premeno, in splendidi contesti naturali, di cui l'Italia per fortuna nostra è piena e con persone che condividono con me questa stupenda e intramontabile passione.*