



Foto Antonia Annoscia

Giuro, non lo faccio più. Convinto che ci fosse la gabbia per i primi, come nelle due ultime due gare a Casamassima e a Trani, anche perché i più forti (o quasi) erano contraddistinti da numeri di pettorale da 1 a 100, mi sono ritrovato quasi casualmente nelle prime fila. Ho cercato di arretrare, sarò arrivato all'incirca alla decima fila, ma troppo avanti per le mie attuali possibilità. Ho però così sperimentato direttamente quanto scrivo abitualmente: chi è lento dovrebbe schierarsi dietro, ci dovrebbe essere una spontanea pole-position in base alla propria andatura. Avere l'incoscienza di schierarsi avanti senza poter mantenere un ritmo alto è pericoloso per se stessi e per gli altri: in partenza si scatena una fortissima pressione di chi vuol passare, spinte e gomitate sono quasi naturali... Chi va piano rischia di cadere, di far cadere gli altri, di far da tappo e, infine, fattore meno grave, è costretto ad alzare troppo il ritmo a rischio di scoppiare presto, rovinando la propria prestazione.

Non desiste invece il malvezzo di chi taglia, di chi si scambia pettorali e di chi fa correre persone non tesserate. Andiamo per ordine... Ho ultimamente evidenziato come recentemente si registrassero miracolosi miglioramenti per alcuni atleti, la maggior parte over 65: non si avevano prove, ma ieri la presenza del chip, con controllo intermedio, ha permesso di analizzare i passaggi e, guarda caso, son venute fuori due squalifiche. Tagliare equivale a barare, non è sportivo, non è regolare, non è da uomini, ed è ancor più grave tra i master. Ma barare è anche scambiarsi il pettorale con un compagno di squadra magari più giovane per superare gli avversari di categoria o fare lo scambio uomo-donna. Come barare è dar punti alla propria società affidando il pettorale ad una persona non tesserata, magari anche senza certificazione medica... Ogni settimana la sede della Fidal Puglia è invasa di mail (con tanto di

foto Podisti.Net come prova) che denunciano illeciti: è semplicemente vergognoso! Per fortuna la Federazione sembra aver deciso di adottare la linea dura, è l'unico sistema per far finire tutto ciò.

Complimenti all'organizzazione della Gargano Onlus presieduta da Giovanni Cotugno, capace di allestire un'ottima decima edizione della CorriManfredonia, davvero ben organizzata. Fin dal mio arrivo, con largo anticipo, noto la predisposizione di una vasta zona parcheggio e la sollecita possibilità di ritirare pettorali e pacchi-gara. Sei euro il costo dell'iscrizione per un decente pacco gara con t-shirt in cotone, sacca in nylon e diversi integratori.

Molto bella la location della zona partenza, da un lato il Castello, dall'altro il lungomare. Doppio arco, tappeto pronto per gli arrivi, ampio palco già provvisto di premi, sedie per il pubblico, insomma organizzazione da serie A. Lavorano intanto i soci della Gargano Onlus, non tralasciano alcun particolare, già parte il furgoncino che le porta le vele che segnano i chilometri e i rifornimenti d'acqua per i ristori. A disposizione degli atleti doppia struttura fissa di bagni, al porto e allo stadio, entrambe pulite e ben tenute.

Approfitto per scambiare quattro chiacchiere con Francesco Milella, in breve permesso del suo reparto, reduce – due settimane fa - dal settimo posto alla Mezza del Concilio di Trento in 1:10:07. I nostri discorsi spaziano in lungo e in largo sul mondo podistico: da segnalare la sua volontà di abolire i Tm, fino a 34 anni non dovrebbe esserci l'escamotage di nascondersi tra i master. E, in effetti, Francesco è pronta a tuffarsi tra gli assoluti...

Si susseguono gli arrivi, ecco il pullman della Taranto Sportiva, tante auto a rappresentare le 105 società che hanno iscritto 1023 atleti; diversi partecipanti hanno dormito a Manfredonia approfittando del conveniente accordo con un albergo locale. Da segnalare la presenza di Pasquale Rutigliano e Matteo Notarangelo, favoritissimi per la vittoria finale.

Continua l'ondata di caldo in Puglia, peggiorata dall'alto tasso di umidità dovuta anche alla cappa di nubi: senza paura di sbagliare, la percezione di caldo supera abbondantemente i 35 gradi e già riscaldarsi non è facile, poiché si comincia a sudare copiosamente. Tuttavia si cerca di muovere le gambe, anche nel tentativo di arrivare pronti alla partenza.

Già la partenza, i giudici, gli addetti, lo speaker invitano gli atleti a cominciare a prendere posto

Manfredonia (FG) - 10^a CorriManfredonia

Scritto da Roberto Annoscia - Redazione Podisti.Net

Martedì 02 Ottobre 2012 21:52 - Ultimo aggiornamento Martedì 02 Ottobre 2012 22:33

sulla linea di start. Oggi c'è il chip, c'è il tappetino di rilevamento dove occorre passare e nessuno potrà partire lateralmente, tutti dovranno necessariamente schierarsi dietro la linea. Trae in inganno, come su detto, la mancanza della gabbia per i più forti, che giunti all'ultimo istante, si accalcano davanti. Ma necessariamente anche loro dovranno partire dietro il rilevamento elettronico e allora si comincia con il dover far indietreggiare chi da tempo è lì in attesa, operazione non del tutto facile. Alla fine, si riesce, la partenza avviene con qualche minuto di ritardo, ma lo sparo consegna a tutti un regolare avvio.

Partenza veloce e al solito agitata, nonostante la larga sede stradale. Ben presto si invadono anche i marciapiedi, la massa dei podisti avanza veloce con il serpentone che si allunga sempre più. Svolta a sinistra, piccolo giro nel centro di Manfredonia, un tratto sull'antica pavimentazione, e il passaggio al secondo chilometro vede in testa Notarangelo, seguito da Milella; a breve distanza c'è Rutigliano. Il percorso conduce ora sul lungomare, la sede stradale è divisa in due perché ben presto ci incroceremo con i primi che già tornano.

E, in effetti, al 6° km, registro che in testa c'è Milella tallonato da Rugliano, mentre Notarangelo è leggermente staccato. Segue Bonvino, il suo passo denota che non è ancora al top della forma. Incito tutti quelli che posso, nel veder correre loro mi carico mentalmente e vivo il miglior momento della mia gara. Ma dura poco e mentre in senso opposto tutti sfilavano via, da dietro è un continuo sorpassarmi. La febbre degli ultimi due giorni mi ha dato il colpo di grazia, le gambe sono più pesanti del solito, ma riesco anche ad incitare chi ha deciso di fermarsi, invitandolo a venire con me.

Ristoro al 4° km con bottigliette da mezzo litro, l'acqua risulta quanto mai gradita, finalmente la boa del ritorno e si comincia a tornare indietro. Dopo lo show dell'anno scorso non vuole mancare la pioggia e puntuale si presenta con goccioloni che non durano molto, il tempo necessario per lenire un po' la calura e sporcare le auto. Intanto gli addetti del ristoro del 4° km sono prontissimi a venirci incontro e ad offrirci le bottiglie avanzate, ecco altra acqua e si avanza. Al 7° Km il percorso ci introduce nel porto, lungo giro di oltre due chilometri, ammirando le navi ormeggiate e i lontani panorami. Mi supera Michele Rizzitelli, avevo già salutato la moglie Angela incrociandola, vederli è sempre un grande piacere.

Al nono usciamo dal porto, l'ultimo chilometro è sul lungomare, pochi metri e si vede il castello, lo sprint sul tappeto e via al ristoro. Interminabile la fila, gli amici mi lasciano passare per poter andare in aiuto a mia moglie Tonia che, imperterrita, sta scattando foto. Prendo il sacchetto, il piatto con due frise e, veloce, mi affianco a mia moglie. Ma Tonia si avvale del prezioso aiuto di Angela Risolo (anche il marito Donato mi ha oggi superato!) e subito mi congeda; dal palco mi chiama il buon Michele Cuoco, ottimo speaker e "mio" presidente. Il tempo di complimentarmi

con l'organizzazione e con il vincitore e via a cambiarmi togliendo il completino intriso di sudore.

Percorso piatto e veloce, appesantito solo dal caldo, blindato al traffico e sempre ben sorvegliato dagli addetti, pronti ad intervenire come nei confronti di un automobilista furbo e poco educato che pretendeva di passare a tutti i costi.

Avevamo lasciato la testa della corsa al sesto chilometro: nell'ultimo tratto di gara, il pur ottimo Francesco Milella deve lasciar strada al più forte Pasquale Rutigliano, bitontino tesserato per lo Stato Maggiore Esercito Roma, che s'impone in 31:42, bissando il successo di una settimana prima alla mezza di Sabaudia. Di rilievo il secondo posto di Francesco Milella (Amatori Putignano), a lungo in testa, che chiude in 31:47, superando il mitico Matteo Notarangelo (Bruni Vomano, ma nativo di San Giovanni Rotondo), terzo in 32:29. Deve accontentarsi del quarto gradino, fuori dal podio, Rino Bonvino (Nuova Atletica Giovinazzo) in 33:09, un ulteriore passo verso una graduale ripresa. Quinta posizione per il sannicandrese Yassine Nazih (Bruni Vomano) in 33:19, 18enne in continua ascesa, che precede la simpatica forza di Tommaso Parisi (Atl. Acquaviva), sesto in 33:25. Ancora una grande prestazione per Angelo Paziienza: 44 anni e non sentirli, chiude settimo in 33:27, seguito da Sabino Gadaleta (Pedone Riccardi Bisceglie), protagonista in tutta la stagione, in pista, su strada e sterrato, ottavo in 33:46. "Solo" nono in Ivano Musardo (Taranto Sportiva) in 33:56, una giornata no per il salentino reduce dal 7° posto nella Run Tune Up di Bologna, seguito da Michele Cassano (Pedone Riccardi Bisceglie), poche parole ma tanti fatti, che coglie un prestigioso decimo posto in 34:24.

Era sembrata affaticata nelle ultime uscite, ma Maria Antonia Lisi non è mai doma e da atleta di classe piazza la zampata e si è aggiudica la gara femminile concludendo 109^ assoluta in 39:23. Dietro di lei è seconda Maddalena Carrino (Podistica Faggiano) in 39:44, all'ennesimo piazzamento stagionale, seguita da Marianna La Sala (Barletta Sportiva), terza in 41:39, atleta che cresce di gara in gara. Un gradito ritorno agli onori delle cronache è quello di Vittoria Elicio (Amatori Corato) quarta in 42:29, a precedere l'assoluta Agnese Falco, quinta in 42:31, dell'Olimpia Club. Da ricordare anche la sesta classificata, Giovanna Giannelli, in 42:35, tesserata per Il Fiorino (Firenze).

912 i finisher (meno due squalificati), simpatica maglia nera per Salvatrice Ballarino (Margherita di Savoia Runners) e Nicola De Iudicibus (Free Runners Molfetta).

Doverosa citazione odierna per Roberta Roselli (Sport Center Bari) che vince la graduatoria

della categoria f35: allenata dal compagno di squadra Giuliano Morra, da poco nel nostro mondo, è destinata ad ottimi risultati. Protagonista da anni, e su tutte le distanze, è, invece, la coriacea Marcella Delfine (Amatori Putignano): ennesima protagonista di un gran famiglia di atlete, Marcella è ragazza seria, mai doma, capace di passarti con stile, salutandoti con il suo dolce sorriso.

Mentre gli atleti sono ancora dediti a cambiarsi e alla chiacchiera, con gran sollecitudine, Giovanni Cotugno dà il via alle premiazioni. Ottimo il lavoro dei giudici, ottimo il lavoro dei compilatori delle classifiche, tutto è (quasi) subito pronto e il buon speaker Michele Cuoco deve oggi comportarsi da gran regista per dettare i tempi, recuperare gli assenti, creare pause, dati gli alti ritmi imposti alla cerimonia. Alla fine ne guadagneremo tutti giacché potremo rientrare prima, ma per il buon Michele non è stato facile gestire il tutto. C'è riuscito con calma, bravura e intelligenza: il ruolo dello speaker sembra essergli tagliato a misura.

Cominciano le premiazioni, ricche di premi e per numero di premiati (5 per tutte le categorie!): coppa e zaino (contenente maglia tecnica, accappatoio, vino e...) per i primi di ciascuna categoria, zaino per tutti gli altri meritevoli. E anche le prime cinque società (nell'ordine Barletta Sportiva, Amatori Putignano, Pro Canosa, Assi Trani e S. Stefano Cerignola) ritirano una fornitura di pasta e vino da poter campare per tutto l'anno!

Si conclude così, con i saluti e i dovuti ringraziamenti, la decima CorriManfredonia, che si conferma gara davvero di alto valore.

Prima di chiudere, vorrei rivolgere i miei personali complimenti a Giovanni Cotugno e soci, oltre che per la manifestazione sopradescritta, per la validissima attività che svolge con gli atleti diversamente abili, come testimoniato dalle gare del sabato dedicate a chi è più sfortunato di noi e agli studenti di Manfredonia. Bravo Giovanni, bravi tutti Voi, continuate così!

[SERVIZIO FOTOGRAFICO](#)