COPPIA DI MONTESILVANO ALLA MARATONA DI NEW YORK: “42 CHILOMETRI DI PURA EMOZIONE”

20 Novembre 2024



MONTESILVANO – Sono passate due settimane dalla Maratona di New York e le emozioni dei protagonisti sono ancora fortissime. Quest’anno New York ha segnato un record di presenze e Oliverta Lila da Montesilvano (Pescara) è una delle “finisher” del 2024.

Sia per lei, che per il marito Roberto Berghella, New York è stata la prima maratona in assoluto che hanno provato a correre. Una coppia ma due esperienze separate. Roberto l’ha corsa nel 2023. “In tanti, mi avevano parlato della magia della Maratona di New York. Altrettanto del percorso con continue salite. Viverla è stata un’esperienza che non si può descrivere con le parole. Dopo il ponte di Verrazzano, passati i 5 km, ti immergi in una folla di newyorkesi che vivono questa attività sportiva come una vera festa. Cantano, ballano, urlano il tuo nome e ti spronano ad andare più forte.Nonostante la sera prima della maratona ho avuto un importante problema di salute e ho rischiato di non correrla, i 42 km sono stati una emozione pura”, racconta Oliverta. Correre la Maratona di New York, per la coppia è stata una delle prove che fa parte del MICAP, master internazionale in coaching ad alte prestazioni, un percorso di crescita personale che stanno seguendo da piu di due anni.

“Può sembrare bizzarra la scelta di inserire una maratona nel programma. Invece è tutto studiato. Prepararsi per la maratona, soprattutto per chi non ha mai praticato sport, comporta prendere una serie di decisioni che ti portano fuori dalla tua zona di comfort: uscire a correre prestissimo o tardi la sera, sotto pioggia o temperature altissime d’estate, cambiare l’alimentazione, affrontare vari infortuni e superare tanti limiti mentali”, dice Roberto. E come succede di solito a chi pensa che sarà la prima e l’ultima maratona, stanno già programmando la prossima da correre.

© 2020 Abruzzo Web Emasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n. 561 del 2 settembre 2008
Iscrizione al ROC n. 24852 - Tutti i diritti riservati
Direttore responsabile Berardo Santilli