

MARATONA NEW YORK: 11 AQUILANI IN GARA, "TUTTI AL TRAGUARDO"

3 Novembre 2011

L'AQUILA - "Per tutti i podisti, la Maratona di New York è il coronamento di un sogno: è la maratona delle maratone".

A dirlo è Maurizio Dionisio, veterano della corsa newyorkese (vi ha già preso parte tre volte) e portavoce del gruppo degli 11 aquilani che quest'anno prenderanno parte alla gara podistica più famosa al mondo, che si terrà domenica prossima 6 novembre, partenza alle 9.40.

"È il primo anno che dall'Aquila parte un gruppo organizzato - ci racconta Dionisio - siamo tutti membri dell'associazione Atletica Abruzzo L'Aquila, che è la società aquilana di podismo amatoriale. Da Pescara hanno sempre partecipato gruppi organizzati della Farnese Vini e da Chieti gli atleti della Runners Chieti. Per la nostra città è una novità".

Gli atleti aquilani sono sponsorizzati dal bar Gran Caffè di Michele Morelli e Stefano Biasini e dal ristorante La Rupe della famiglia Brocchetta: i due esercizi del capoluogo hanno permesso ai podisti di avere un abbigliamento di rappresentanza adeguato per concorrere alla maratona.

Gli atleti che partiranno sono: Maurizio Dionisio, Valter Aloisi, Daniela Cialfi, Massimiliano Cialfi, Francesco Del Balzo, Daniele Berardi, Elisabetta Andreassi, Alfredo Martone, Roberto Sebastiani, Roberto Bonanni e Luca Costantini.

L'età media dei partecipanti è tra i 40 e i 45 anni. "Siamo tutte persone allenate - svela Dionisio - anche se corriamo in modo amatoriale, la nostra punta di diamante è Luca Costantini, pensiamo che riuscirà a chiudere la maratona sotto alle tre ore".

"Con noi - continua Dionisio - partiranno anche due donne, di maratonete non ce ne sono molte. Comunque penso che riusciremo tutti a tagliare il traguardo. Io ce l'ho fatta tutte le volte che ho partecipato".

La Maratona partirà dal ponte di Verrazzano, l'arrivo invece è a Central Park. Lungo il tragitto, passando da Brooklyn a Manhattan, si dovranno superare tre ponti: "sono la parte più difficile per le gambe", ci racconta Dionisio, che ormai conosce molto bene il percorso newyorkese: saliscendi continuo di ben 42 chilometri e 185 metri.

"Dopo il 30° chilometro - continua Dionisio - c'è il 'muro', avviene la cosiddetta deplezione del glicogeno, in pratica finiscono gli zuccheri nel fegato e nei muscoli: lì veramente comincia la parte difficile".

Quest'anno gli italiani saranno il numero maggiore di atleti in gara, ben 3 mila 538; seguono la Francia con 3 mila 385 e la Germania con 2 mila 187. In totale si sfideranno circa 47 mila atleti provenienti da tutto il mondo. Sono previsti 2 milioni di spettatori lungo il percorso della gara e 330 milioni di persone che la seguiranno da casa.

Partecipare alla Maratona di New York non è affatto facile, "ci si deve iscrivere almeno un anno prima per avere il pettorale con il numero. Poi la New York Runner Association deve valutare i tempi di ogni atleta per sapere in che wave (ondata) farlo partire. Noi siamo tutti nella prima wave, la Sub elite: è l'ondata in cui partono gli atleti più bravi, anche campioni famosi", ci racconta Dionisio.

I costi medi per ogni atleta, tra pettorale, vitto e alloggio, si aggirano intorno ai 2 mila e 500 euro.

Dionisio ci rivela una chicca: "il sabato sera prima, tutti gli italiani si riuniscono in un ristorante di Manhattan per il 'Pasta Party'. È una tradizione. Si magia pasta, pane, crostate per fare il pieno di carboidrati per la fatica del giorno dopo".

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003
"Credo - conclude Dionisio - che dovremmo riuscire a chiudere la maratona in modo elegante: arriveremo tutti al traguardo".
Iscrizione al R.G.U. n° 10552 - P.IVA n° 0122410069
Direttore responsabile Berardo Santilli