



RIVA DEL GARDA 08 NOVEMBRE 2015 MEZZA MARATONA

PER CHIUDERE CON GLI AGGIORNAMENTI ECCO IL COMMENTO A CALDO DELL'ULTIMA E OTTIMA PRESTAZIONE DEL NOSTRO CARO AMICO ANDREA!!

Ieri 08 novembre 2015 ho partecipato alla mezza maratona di Riva Del Garda, manifestazione internazionale che anno dopo anno sta diventando un appuntamento fisso dell'autunno podistico per i runner italiani, austriaci e tedeschi. Da Ottobre ho ricominciato ad allenarmi con continuita' e non nascondo che alcuni degli ultimi allenamenti indicavano possibile il traguardo dell'ora e 19'. In gara pero' sappiamo che le cose cambiano e se a novembre ci si ritrova a correre con oltre 20 gradi bisogna tenere duro e dare il massimo senza guardare piu' il crono. Il percorso di gara si e' rivelato bellissimo, veloce ma nervoso con frequenti sali e scendi e insidiosi tratti esposti al vento. Sono transitato ai 10km in 38'20" in controllo ma senza poi riuscire a cambiare passo nella seconda meta' di gara provato dal caldo davvero inusuale (seppure abbia superato molta gente da meta' in poi). Ho stretto i denti nel finale per conquistare un posto nei primi 100 al traguardo (su oltre 3000 iscritti), e chiudendo in 1h21'37" che rappresenta per me la quarta miglior prestazione in mezza. Vista la giornata e tutte le difficolta' oggettive sono davvero molto contento. Un saluto ed a presto, con la speranza di fare ancora meglio. - Andrea

Tuglie 15 novembre 2015