



“Dalla Corrisernia ho avuto buone sensazioni, correrò al massimo” Maratona di Berlino, Grano punta a migliorare il personale sulla distanza

E Giovanni Grano, nonostante i soli 24 anni, è alla sua quinta competizione sulla distanza, per cui il tema di esperienza e di preparazione non arriva secondo a nessuno. “In effetti rispetto alle precedenti esperienze mi sento più consapevole di quello che faccio tanto in allenamento quanto in gara. Correrò la quinta maratona a 24 anni non è da tutti e mi sento decisamente esper-

to ormai sulla distanza. In più dall'esperienza di Milano ho capito che oltre alla condizione dell'atleta, il risultato finale viene influenzato da tanti piccoli dettagli, non ultimo dalla fortuna, con cui mi sento in credito. Spero quindi di averne un po' dalla mia parte lungo le strade di Berlino”.

L'obiettivo non è di poco conto, ma Grano consapevole delle sue potenzialità non si nasconde: “Vado a

Berlino per cercare di migliorare il mio personale best di 2h18'03” che ormai inizia ad essere un po' datato. Credo di valere decisamente un tempo migliore già da questa primavera e per questo ho scelto di correre su un percorso che da sempre ha la fama di essere il più veloce al mondo. Quando senti che al tuo fianco alla partenza ci sarà chi correrà per il record del mondo inevitabilmente ne vieni galvanizzato. Spero che questo ambiente mi stimoli a correre al meglio delle mie possibilità”.

Una speranza che non è solo di Giovanni, ma anche del suo allenatore Luciano Di Pardo, della Nai che, attraverso il settore assoluto, ha voluto dare un'impronta diversa alla sua attività e di tutto il podismo molisano che in Grano ripone grandi aspettative.

Giovanni Grano si è aggiudicato la 9ª Corrisernia facendo segnare una tappa storica alla Nuova Atletica Isernia: per la prima volta da quando si organizza la manifestazione, considerando anche gli anni in cui era denominata Trofeo Città di Isernia, ad aggiungersi la competitiva è un portacolori della società organizzatrice.

Eppure quello di domenica per l'allievo di Di Pardo era solo un allenamento per l'appuntamento odierno quando a Berlino sarà allo start della maratona. Infatti, il suo arrivo è stato quanto mai serafico: un'occhiata al cronometro e un

cenno di risposta alla calorosa ovazione del pubblico che aveva iniziato ad urlare il suo nome dall'imbocco di corso Garibaldi.

“Ho interpretato la Corrisernia come banco di prova per saggiare la mia condizione in vista di oggi”, spiega l'atleta molisano. “L'unico intento era quello di correre a ritmo gara ascoltando le mie sensazioni.

Tuttavia, nonostante l'abbia presa come un allenamento, attorno a me ho avvertito la felicità del pubblico e dei miei compagni della Nai per la vittoria di un atleta di casa. Se devo essere sincero, la cosa che mi ha fatto più piacere è stata l'essere riconosciuto dai ragazzini e incitato per nome lungo il percorso”.

Una preparazione quella in vista della maratona che parte da lontano: “La mia preparazione è partita dagli inizi di agosto a Roccaraso, dove ho percorso davvero tanti chilometri, molti in più che per le precedenti maratone. Devo dire di essere stato anche molto fortunato quest'anno, viste le temperature non sempre propriamente estive. Quello del prepararsi in estate era forse una delle cose che temevo maggiormente”.