Atletica

Al via anche cinque società territoriali pronte a difendere i colori del Molise

La carica dei 392 corridori

Isernia si prepara ai campionati italiani dei 10 km su strada. Il primo pettorale è di Del Buono

ISERNIA. Un totale di 392 iscritti, senza considerare però – ancora – gli azzurri e le azzurre delle squadre di maratona che andranno agli Europei di Zurigo.

La Federatletica nazionale ha reso note ieri pomeriggio le leste dei partecipanti ai campionati italiani dei 10 km su strada che saranno ospitati ad Isernia sabato sera nell'area intorno alla stazione.

La kermesse più partecipata sarà quella dei 10.000 metri al maschile con ben 229 pettorali già assegnati. Il numero uno è quello del senior master 35 Luigi Del Buono della Stamura Ancona, poi, tra gli altri, troviamo anche due portacolori della Montemiletto Team Runners (Pietro Carpenito ed Antonio Giardiello, ben dieci i presenti, dodici quelli dell'Amatori Acquaviva) e ancora Gillo Iannone ed Adbelekrim Kabbouri del Cus Camerino, Yassine Nazih (146) della Polisportiva Rocco Scotellaro, l'ex azzurro olimpico di maratona ad Atene Alberico Di Cecco della Farnese, l'attuale azzurro di maratona agli Europei di Zurigo Ruggero Pertile (Assindustria Padova), Giovanni Auciello (Casone Noceto), Daniele D'Onofrio (Atletica Gran Sasso, 224) e ancora i rappresentanti delle Fiamme Azzurre (Berardino Chiarelli ed Angelo Iannelli) e quelli dell'Aeronautica (il quartetto capitanato da Domenico Ricatti e comprendente anche Montorio, Passeri e Pellecchia).

Sul versante regionale, diciotto gli atleti al via in rappresentanza di sei team: i più rappresentati la Polisportiva Molise con sette elementi (Ivan Di Mario in testa, ma anche Pasquale Andreola, Gennaro Bianco, Elia Carlo Notardonato, due dei tre gemelli Pinto, nello specifico Fabrizio e Marco, e Giuseppe Rossi) e la società organizzatrice della Nuova Atletica Isernia con altrettante presenze (in primis Giovanni Grano, poi Pier Marco D'Angelo e Mirko D'Andrea e ancora Antonio Costa, Sergio Di Iulio, Diego Iacovone e Giuseppe Ucciferri). A completare il quadro Antonello Colucci del Cus Molise, il bojanese della Sc Promosport Borgo Molisano Armando Romano, Mario Giacometti della Runners Termoli ed Andrea Visone dell'Atletica Isernia.

L'identica competizione al femminile conta, invece, 83 iscritte con pettorale numero uno per Valentina Talevi, anche lei della Stamura Ancona.

Tra le big Soumya Labani (Atletica Locorotondo), Gloria Marconi (Calcestruzzi Corradini), Silvia La Barbera al vertice del quintetto della Forestale comprendente anche Renate Rungger, Giovanna Epis, Anna Stefani e Deborah Toniolo e ancora Laila Soufyane dell'Esercito, Sara Brogiato dell'Aeronautica Militare e la dominatrice dell'ultima fase del Corrimolise Martina Rocco (Roma Sud).

In chiave territoriale, cinque molisane al via: due del team organizzatore della Nai (Arianna Di Pardo e Iolanda Ferritti), altrettante della Runners Termoli (Nicla Pagliuso e Candida Pascale) ed Ilaria Novelli del Cus Molise. Da segnalare, tra l'altro, anche la presenza di Annalisa Fitti della Podistica San Salvo.

Sul versante degli allievi, se tra le venti iscritte della sei chilometri femminile non si trovano molisane (da pronostici degli addetti ai lavori la grande favorita è Nicole Svetlana Reina del Cus Pro Patria Milano), al maschile sono ben sessanta gli iscritti, di cui sei molisani: quattro del Gruppo Sportivo Virtus (Romualdo Bibbò, Simone Brienza, Andrea D'Alterio e Mario Di Donato), uno della Polisportiva Molise (Marco Abiuso) ed uno della Runners Termoli (Akim Antonicchio).

Fondazione Neuromed: sport-ricerca stile di vite, connubio inscindibile

"Moli-sani", de Gaetano: per stare bene occorrono dieta mediterranea ed esercizio fisico

POZZILLI. Fondazione Neuromed sarà protagonista del convegno organizzato in occasione dei Campionati italiani assoluti-allievi di corsa si strada dal titolo "Mangiare bene, correre a lungo" insieme al Comitato regionale Fidal Molise e il Comitato regionale Coni Molise. L'incontro si terrà domani alle ore 17 e 30, presso l'Aula Magna dell'Università degli Studi del Molise, a Isernia.

Moderatore della prima parte del convegno il professor Giovanni de Gaetano, responsabile del Dipartimento di Epidemiologia e Prevenzione Ircs Neuromed.

"L'attività fisica regolare e la pratica dello sport - anticipa de Gaetano - sono parte integrante di uno stile di vita salutare e di quella sana alimentazione che conosciamo come 'dieta mediterranea'. Non basta mangiare secondo la tradizione mediterranea, se poi passiamo le giornate davanti al computer e le serate davanti al televisore. Il progetto Moli-sani ci insegna che la combinazione della dieta mediterranea con l'esercizio fisico sono l'accoppiata vincente per ridurre i fattori di rischio di numerose malattie come l'infarto cardiaco, l'ictus cerebrale, l'Alzheimer… Dobbiamo tutti fare attenzione a non perdere queste sane abitudini di vita, come invece sta succedendo in questi anni, grazie anche alle difficoltà legate alla perdurante crisi economica. Frutta, verdura, pesce ad esempio sono oggi prodotti costosi che non tutte le famiglie possono permettersi quotidianamente. Con grave danno della nostra salute e soprattutto quella dei nostri giovani".

A sviscerare i risultati scientifici del progetto Moli-Sani nonché la ricaduta sulla salute la professoressa Licia Iacoviello, responsabile del Laboratorio di Epidemiologia Nutrizionale dell'Ircs Neuromed, con un intervento su "Alimentazione e attività fisica: i risultati dello studio Moli-Sani".

La Fondazione Neuromed ha inteso sostenere un evento sportivo nazionale proprio per promuovere il connubio sport-ricerca-stile di vita.