

Kipchumba e Mukandanga trionfano nella torrida Navazzo

Vittorie e podi stranieri nella classica Diecimiglia internazionale firmata dal Gs Montegargnano

Atletica

Paola Gregorio

NAVAZZO. Sul gradino più alto del podio, per gli uomini, è salito il keniano Philemon Kipchumba dell'Atletica Recanati, che ha macinato i sedici chilometri e qualche spicciolo di metri e i dieci giri dell'anello di gara con un tempo di 50 minuti e un secondo, mentre la medaglia d'argento e quella di bronzo maschili sono andate rispettivamente ad Abdellatif Batel, atleta di casa nostra tesserato con l'Atletica Rodengo

Saiano, al traguardo in cinquantun minuti e ventisette secondi e al keniano Geoffrey Githuku Chege di Run2gether che lo ha tallonato a stretto giro in cinquantun minuti e trentasei secondi. Ottimo piazzamento, ovvero quinto posto in cinquantadue minuti e trentatré secondi, per il valsabbino Alessandro Rambaldini di Valli Bergamasche Leffe, preceduto dal quarto classificato, il keniano John Kiprop Kosgei di Run2gether con un tempo di cinquantadue minuti e venticinque secondi.

Medaglia d'oro, tra le donne, che dovevano misurarsi con un chilometraggio di otto chilometri e quarantacinque metri per complessivi cinque



Partecipazione. Più di duecento i runner al via ieri a Navazzo // REPORTER



Fatica. Il caldo e il percorso ondulato rendono la dieci miglia selettiva

giri, Clementine Mukandanga portacolore di Runner Team 99, al traguardo in ventotto minuti esatti, seguita a stretto giro dalla seconda classificata, Caroline Makandi Gitonga di Run2gether in ventotto minuti e ventisette secondi e Sonia Maria Conceicao Lopes della Boscaini Runners in trenta minuti e dodici secondi.

Al via in 219. È questo il ghot, per quanto riguarda la classifica, della Diecimiglia del Garda 2018, grande classico del podismo di casa nostra andato in scena ieri mattina in quel di Navazzo, con partenza e arrivo dal campo sportivo della frazione di Gargnano. Quarantacinquesima replica per la competizione, inserita nel calendario Fidal, con la regia come da tradizione di Gs Montegargnano. Al vincitore, tra gli uomini, è stato assegnato il Trofeo Lefay Resort, alla prima classificata tra le donne il Trofeo Comune di Gargnano. Come detto sedici chilometri e novanta metri, traduzione italiana delle dieci miglia, per gli uomini, ot-

to per le donne, ai quali vanno aggiunti i quattro chilometri e ottocento metri per i seniores over cinquanta maschili e femminili. Start puntuale, alle dieci e venti, per duecentodiciannove atleti che hanno sfidato il caldo soffocante della prima domenica d'agosto. Tra i top runner alla partenza, c'erano appunto Rambaldini, fresco di secondo titolo mondiale di corsa in montagna sulle lunghe distanze conquistato in Polonia e una pattuglia di fortissimi keniani. Ospiti d'onore, seppur da spettatori, runner italiani di grande caratura, ovvero Gianni Demadonna, che a Navazzo tagliò per primo il traguardo nel 1985 e con nel palmares il secondo posto alla maratona di New York nel 1987. E Gianni Poli, lumezzanese, che nella Grande Mela salì, nel 1986 sul gradino più alto della maratona delle maratone. «Mi fa piacere dopo tanti anni tornare a Navazzo ed assistere ad una gara che mi ha dato soddisfazioni», ha detto Demadonna. E Poli ha aggiunto: «Quel che oggi forse andrebbe rafforzato nell'atletica e un po' manca è la sana rivalità che ti fa crescere». A fare da preludio, con start prima della Diecimiglia, la gara del circuito dell'Hinterland Gardesano, su un percorso di circa 7,5 chilometri, valida come prova di campionato di Miglior atleta 2018 del circuito e tappa del Gran Prix Alto Garda Running Club - Sognando Olympia. //

Maestri e Desco dominano il Fletta Trail



Malonno. Di corsa sul sentiero // FOTO BENEDETTO/GULBERTI/COURTHOUD

Trail running

Nella gara maschile grande duello del vincitore con Bernard Dematteis

MALONNO. Fletta Trail da ricordare sui saliscendi attorno a Malonno con Cesare Maestri e Elisa Desco degni dominatori dell'edizione numero 55 della competizione di corsa in montagna organizzata dall'Us Malonno.

Nella prova maschile Maestri, portacolore dell'Atletica Valli Bergamasche Leffe, ha dimostrato sin dalle prime battute di essere in giornata, portandosi in testa insieme ai keniani

Kirui e Ndungu al passaggio di Nazio, dove lo scudiero della Corrintime Bernard Dematteis accusava 34" di ritardo, mentre il suo gemello Martin era nel gruppo con l'alfiere del sodalizio di casa Emanuele Manzi.

Il terzetto di testa ha dettato legge pure nella contrada di Landò dove Dematteis ha ridotto il gap a 20". Dopo 8 chilometri Maestri ha salutato i kenioti, sopravanzati anche da uno scatenato Dematteis. La discesa finale è stata un tiramolla di emozioni: Maestri ha allungato, Dematteis recuperato, ma il battistrada non ha ceduto, anzi ha aumentato il ritmo.

Così sullo striscione del tra-

guardo Maestri si è presentato in solitaria dopo 1h28'04", staccando Bernard Dematteis di 44". A completare il podio è stato Timothy Kimutai Kirui, quarto l'altro podista della Run2gether Geoffrey Gikuni Ndungu, quinto il terzo dei keniani Stephen Nedegge.

La top ten finale è zeppa di grandi nomi, col sesto posto di Alex Cavallar, il settimo di un redivivo Luca Cagnati, compagno di squadra del vincitore, l'ottavo del britannico Sam Tosh, il nono dell'icona malonnesse Emanuele Manzi e il decimo del leone bresciano Marco Zanoni del Gp Pellegrinelli.

Nella prova femminile Elisa Desco (Atl. Alta Valtellina), neo campionessa italiana e sul podio del Giir di Mont a fine luglio, ha preso subito il volo, transitando a Nazio dopo 4 chilometri con un vantaggio di circa 40" sulla keniana Purity Gitonga. Al Gpm di Lezza-Narcos, Gitonga è stata ripresa da Elisa Sortini e Heidi Davies, distanziate comunque un minuto dalla campionessa italiana.

Dopo lo scollinamento la Desco ha affrontato la discesa a tutto gas, passando da Fletta (traguardo della competizione dal 1977 al 2002) e Loritto, per poi presentarsi in via Vallecarnonica. Qui la musica ha accolto il trionfo dell'atleta cuneese che ha tagliato il traguardo in 1h47'09", accompagnata dal marito Marco Degasperri e dalle due figlie.

Seconda piazza per la britannica Heidi Davies, staccata di 56" dalla vincitrice. Terzo posto di Elisa Sortini, appena cinque secondi più veloce dell'irlandese Sarah McCormack. Quinta Purity Gitonga, sesta Elisa Compagnoni, poi nell'ordine Stefania Cotti Cottini, Annalaura Mugno e le gemelle Sara e Fabiana Rapezzi. //

MARIO NICOLIELLO

Alessandro Miressi sul trono europeo dei 100 stile libero

Nuoto

Ieri a Glasgow anche quattro bronzi grazie a Paltrinieri, Burdisso Castiglioni e 4x200

GLASGOW (Scozia). Alessandro Miressi re dei 100 stile libero. Il bronzo cuore e coraggio di Gregorio Paltrinieri nei 1500 stile libero, quello della consacrazione di Arianna Castiglioni nei 100 rana e quelli giovani, sfrontati e insapettati, del «riuscita» Federico Burdisso nei 200 farfalla e della 4x200 maschile. C'è tantissimo azzurro nella terza giornata degli Europei di

nuoto a Glasgow, per un medagliere azzurro che sale a quota nove (2-2-5). Medaglie a cui va aggiunto l'argento nel libero combinato di sincronizzato grazie a Beatrice Callegari, Domiziana Cavanna, Linda Cerruti, Francesca Deidda, Costanza Di Camillo, Costanza Ferro, Gemma Galli, Alessia Pezone, Enrica Piccoli e Federica Sala.

Finalmente sboccia in tutto il suo splendore il talento di Alessandro Miressi. Il 19enne di Moncalieri sale per la prima volta sul podio europeo in una gara individuale ed è d'oro nei 100 stile in 48"01, primato personale che lo proietta al secondo posto tra i performer italiani, dietro al campione continentale uscente Luca Dotto, ie-

ri quinto. Più forte della gastroenterite con febbre che l'aveva colpito sabato, Paltrinieri stupisce ed è bronzo nei 1500 stile libero. Il bicampione del mondo e campione olimpico abdica il trono continentale, dopo tre successi consecutivi, in favore del tedesco Florian Wellbrock. Ma la prestazione di SuperGreg, che chiude in 14'42"85, rimane notevole per caparbietà.

È un bronzo dal sapore dolce, quello conquistato da Arianna Castiglioni nei 100 rana vinti dalla russa Yulia Efimova: la 19enne di Busto Arsizio nuota il personale in 1'06"54.

Dolcissimo anche il bronzo di Federico Burdisso nei 200 farfalla: ripescato in finale per la rinuncia del britannico Guy, il 16enne di Pavia sfrutta il jolly e nuota in 1'55"97, primato personale. Dulcis in fundo il bronzo dalla 4x200 stile libero dei debuttanti. Alessio Proietti Colonna, Filippo Megli, Matteo Ciampi e Mattia Zuin toccano in 7'07"58, dietro alla Gran Bretagna, oro in 7'05"32, e alla Russia d'argento in 7'06"66. //

IL COMPLEANNO



Pellegrini, 30 anni in vasca... da bagno



Una vasca da bagno, senz'acqua ma con tanti palloncini colorati, e dentro lei, Federica Pellegrini, che ieri ha compiuto 30 anni. È il modo di festeggiare social scelto dalla campionessa olimpica: foto coloratissima accompagnata dalle parole #tuttounequilibriosopralafollia #30suonati.