

## Rassegna Stampa

### MONZA (MB) - 10<sup>^</sup> 10K di MONZA LIBERI DI CORRERE



E' ancora Ahmed Nasef, 42enne di origini marocchine dell'Atletica Desio, a imporsi con 31'50" nella decima edizione della 10K di Monza Liberi di Correre. Già detentore nel 2015 del record della Chrono con 30'43", Nasef, che ha corso ad una media di 3'10" al chilometro e che si allena in autonomia al Parco di Monza, si dichiara soddisfatto in quanto, dopo una settimana di problemi derivanti da una fastidiosa influenza e nonostante il caldo improvviso, ha sentito girare bene le gambe, con un passaggio a metà percorso in 15'54", nella seconda parte della gara.

"I miei prossimi appuntamenti- racconta Nasef, campione italiano lo scorso autunno a Verbania di maratona dove vanta 2h12'10 - saranno la Monza-Resegone e, a ottobre, una bella maratona".

Argento per Filippo Ba del Gruppo Alpinistico Vertovese in 32'59", davanti al marocchino dell'Atletica DesioLahcen Mokraji, che ha chiuso in 33'37". Plurivincitore in diverse edizioni, Mokraji non voleva mancare! Affezionato alla 10K, ha coraggiosamente portato a termine il suo "compito" di atleta nonostante negli ultimi tempi sia stato infastidito da un problema alla muscolatura del polpaccio. Da segnalare il quarto posto della promessa Mustapha El Maouari della Riccardi in 34'26".

Al femminile un altro successo per l'atleta di casa, Chiara Rossi dell'Atletica Monza, ventiduesima assoluta con 38'47" davanti a Valeria Galimberti dell'Atletica Cesano Maderno in 41'59" e a Beatrice Frigerio dell'ALS Cremella in 43'04". "Ho partecipato quasi tutti gli anni a questa splendida gara - racconta Chiara Rossi dopo la premiazione - Sinceramente preferisco correre la sera ma sono contenta del crono ottenuto nonostante il caldo improvviso". L'allieva di Achille Fecchio sarà in pista nel prossimo week end a Lodi per i Campionati di Società assoluti, seconda fase regionale nei 5000 dove vanta 17'38".

Il sindaco Roberto Scanagatti è stato starter d'eccezione, alla presenza delle autorità del Comune, il consigliere delegato allo Sport Silvano Appiani e l'ex consigliere comunale, ora candidato sindaco, Pierfranco Maffè. Indubbiamente prezioso il sostegno ai tanti atleti in gara da parte del presidente del comitato regionale FIDAL Gianni Mauri voce, da sempre, della manifestazione e del consigliere di presidenza del CRL Fidal Gianfranco Lucchi.

Tappa importante, la 10K, del circuito "Monza che corre" che prevede, a seguire, le storiche Monza Montevicchia e Monza Resegone e, a settembre, la mezza di Monza.

Una festa di colori per la 10k Popular

E' sempre una allegra festa di colori la 10K Popular che ha visto il via alle 10.30, subito dopo la Chrono, con oltre 1500 partecipanti. Famiglie, giovani e meno giovani, bambini e persino i cani sono stati i protagonisti di questa gara non competitiva, tutta vissuta all'insegna del divertimento puro, tanto che il triathleta Mauro Pelucchi e il runner Pietro Riva non hanno minimamente esitato e, dopo aver tagliato il traguardo della Chrono, si sono ripresentati al via della Popular freschi come due rose, pronti a ripartire con entusiasmo! Felici al traguardo anche due giovani promettenti Simona Crippa con l'amica Chiara Tettamanti calciatrice di Muggiò: "Mi è sempre piaciuta anche l'atletica- racconta Chiara -quando ero a scuola all'Olivetti di Monza i professori mi coinvolgevano nei Campionati Studenteschi per il salto in alto e per la staffetta". E la corsa è davvero un mezzo potente per unire le famiglie nella passione per lo Sport. "Chissà se si potrà, l'anno prossimo, pensare ad una Popular serale?" si chiede Michele Ratti, medico monzese accompagnato nella fatica dei 5km dalla figlia Marta con l'amica Alessia, due tredicenni portacolori dell'Atletica Monza.

Un ringraziamento speciale al Comune, alle aziende sostenitrici, alla Polizia locale, alla Protezione Civile, allo sponsor che ha offerto gnocchi e ravioli a tutti gli atleti a fine gara e a SynLab-Cam con gli operatori CAM Medical Fitness, preparatori e fisioterapisti, che ha offerto gratuitamente test e valutazioni di preparazione atletica, capacità fisiche e composizione corporea. E' stata anche presentata una possibilità diagnostica offerta agli sportivi dalle nuove conquiste della Genetica.