

# Loro olimpico si è allenato a Chiavenna

**Atletica.** Jacob Ingebrigtsen, norvegese, vincitore dei 1.500 a Tokyo, si è preparato sulla pista della città del Mera. Il tecnico Roberto Tonucci del Gp Valchiavenna: «Un piacere ospitare campioni di questo livello, forti e simpatici»

**PAOLO VALENTI**  
CHIAVENNA

Dalla pista di atletica Chiavenna - decantata anche da Orlando Pizzolato - a quella di Tokyo, dove si è laureato campione olimpico dei 1.500 metri, stabilendo il nuovo record a cinque cerchi ed europeo, con il tempo di 3'28"32.

Stiamo parlando del norvegese Jacob Ingebrigtsen, che, a 21 anni non ancora compiuti, si profila come la nuova stella mondiale delle distanze che vanno dai 1.500 ai 5.000 metri. E proprio a quest'ultima prova, dove vanta il tempo di 12'48"45 e aveva pari probabilità di imporsi, ha rinunciato per cimentarsi, con successo, nella distanza più breve.

## La scelta

È naturale chiedersi come mai Jakob abbia scelto Chiavenna come sede degli allenamenti che, poco più tardi, l'hanno portato al trionfo.

La sua scelta, come quella di altri atleti che hanno gareggiato nei Giochi giapponesi, è stata determinata anche dalla relativa vicinanza con una rinomata località svizzera, come ci spiega il tecnico Roberto Tonucci, anima del Gruppo Podistico Valchiavenna.

«Come oramai abitudine, anche in questi ultimi mesi, atleti di tutto il mondo in ritiro a Sankt Moritz (1.822 metri), sono scesi a Chiavenna (333 metri), quotidianamente, per gli

allenamenti basati sul principio "live high, train low" (vivi "in alto", allenati "in basso")».

«Atleti di varie nazionalità, campioni di livello mondiale da parecchio tempo, personalmente o sui profili dei vari "social", esprimono ottimi giudizi sulla qualità della pista, una delle più conosciute, nell'ambiente, al livello mondiale (assieme a quella di Flagstaff, Park City, Sedona, Colorado Springs e altre ancora)».

## Un piacere

«Naturalmente è un piacere, per noi del Gruppo Podistico Valchiavenna, ospitare campioni di questo livello che, negli allenamenti, impressionano per l'impegno, l'intensità e la durezza della loro preparazione, necessaria per raggiungere certi risultati».

«Grandi atleti che, tuttavia, si dimostrano sempre molto di-

■ **"Vivi in alto allenati in basso" e Jacob ha costruito il suo trionfo**

sponibili, per una foto, uno scambio di battute (difficoltà linguistiche permettendo) e che, personalmente o tramite i social, non mancano di apprezzare anche le bellezze paesaggistiche, naturali e storiche (insieme alle bontà gastronomiche) della nostra Valchiavenna».

Il programma dell'atletica su pista, in Giappone, si è chiuso proprio con i 1.500 metri, dove Ingebrigtsen doveva fare i conti, soprattutto, con il keniano Timothy Cheruiyot, campione mondiale sulla stessa distanza, due anni prima, a Doha (Qatar).

## In testa

Ingebrigtsen non si è certo perso in tatticismi, ben presto si è portato in testa al gruppo, imponendo un ritmo altissimo e resistendo al tentativo di ritorno del keniano.

È interessante notare non solo come il neo campione olimpico sia allenato dal padre Gjert, ma appartenga a una società sportiva tutta familiare, in cui gareggiano, con ottimo profitto, anche i fratelli Henrik e Filip, anch'essi presenti spesso a Chiavenna.

«E allora, dopo avere tifato e gioito per le bellissime medaglie degli Italiani - conclude Tonucci - ci piace pensare che, nei grandi risultati dei tanti atleti passati dalla nostra bella pista azzurro/blu, ci sia un po' di Chiavenna e del nostro Gruppo Podistico».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Jacob Ingebrigtsen trionfa nei 1500 metri alle Olimpiadi di Tokyo



Jacob in allenamento a Chiavenna seguito dal fratello Filip



Con la medaglia d'oro