

HASSAN E KEJELCHA:

COINQUILINI E PRIMATISTI MONDIALI DEL MIGLIO



Ancora grandi campioni internazionali sulla pista di Chiavenna.

In questi giorni, in una stagione che si avvia al termine, ancora la possibilità di ammirare grandi corridori, in allenamento, sulla pista e sulla ciclabile di Chiavenna.

Sifan Hassan e Yomif Kejelcha, nati in Etiopia ma che ora vivono in America, condividono lo stesso gruppo di allenamento, lo stesso allenatore e, persino, lo stesso appartamento.

Il legame, tra loro, è andato sempre più rafforzandosi nel tempo, anche grazie alle molte miglia percorse assieme, con allenamenti che hanno fatto, di Hassan e Kejelcha, due atleti ai vertici del loro sport.

Per comprendere appieno il loro viaggio, con una storia quasi identica, dobbiamo fare un passo indietro nel tempo.

Sifan Hassan è nata e cresciuta in Etiopia, prima di partire per i Paesi Bassi all'età di 15 anni e, da subito, si è dimostrata un'atleta naturale.

Vincitrice dei campionati mondiali 2014 e 2016 nei 1500 metri indoor, dopo la delusione ai Giochi olimpici di Rio 2016, con il quinto posto nella finale dei 1500metri, ha deciso di trasferirsi, a 23 anni, a Portland, Oregon (U.S.A.), entrando a fare parte, nel 2016, del Nike Oregon Project.

Kejelcha invece è arrivato a Portland un anno dopo. Quinto di nove fratelli, talento fenomenale già in giovane età, l'Etiopio ha conquistato il titolo mondiale U18 nei 3000 m., nel 2013, all'età di 15 anni e, l'anno successivo, ha conquistato la medaglia d'oro nei 5.000 metri nei mondiali U20 e, nei 3.000 metri, alle Olimpiadi Giovanili.

Nel 2016 ha conquistato il titolo, sui 3000 metri indoor disputati, per coincidenza, nella "sua" Portland. Dopo questi grandi risultati in età giovanile ha avuto alcune difficoltà con il passaggio alla categoria senior e, nel 2016, ha perso la selezione per le Olimpiadi di Rio, e, dopo un deludente (per lui) quarto posto nella finale dei Campionati mondiali a Londra, nel 2017, ha deciso di dare un "nuovo inizio" alla sua carriera sportiva.

“Non ero contento del quarto posto e ricordo di aver detto, dopo l’evento, ho finito con la pista – voglio passare alla strada”. Sentivo di non essere migliorato, ma il mio management ha insistito sul fatto di continuare con la pista, consigliandomi di provare con il “Nike Oregon Project.”

Kejelcha, non proprio a suo agio con l’inglese, all’epoca, non vedeva favorevolmente tale possibilità, intrapresa solo grazie alle “rassicurazioni” che venivano dalla presenza, a Portland, di Hassan.

“Yomif ha deciso di venire perché sapeva che anche io ero qui e che, con il mio aiuto, la vita, in America e nel “progetto”, sarebbe stata più facile da affrontare”, spiega Hassan con la sua risata caratteristica e contagiosa.

Per entrambi, un passaggio difficile, verso nuove modalità di allenamento.

“I primi 6-8 mesi ho sofferto molto”, spiega Yomif. “Ci sono stati momenti in cui sarei voluto tornare a casa, ma vedevo i progressi che stavo facendo e sapevo che questa era la scelta giusta”.

Anche Hassan inizialmente aveva faticato a sopportare il dolore e la fatica degli allenamenti, a Portland. “Ricordo una prima sessione che ho fatto qui, con ripetute sui 400 m e sui 200 m. Non ricordo quante ne abbiamo fatte, ma ricordo di avere pensato “morirò”, “sparami” e che, alla fine dell’allenamento, non riuscivo più a muovermi.

Con il passare del tempo, tuttavia, la coppia si è più abituata agli allenamenti, sempre pesanti e impegnativi, ma via-via più sopportabili.

Nel 2018 entrambi hanno mostrato chiari segni di miglioramento.

Kejelcha ha conservato la sua corona mondiale nei 1500 m al coperto, a Birmingham, e ha realizzato i propri PB all’aperto nei 1500 m (3:32.59), nei 3000 m (record mondiale 7:28.00) e 5.000 m (12:46.79). Ha anche corso, con un ottimo 59’17”, al suo debutto nella mezza maratona a Copenaghen.

Hassan ha rivelato una versatilità e una classe simili, sempre nel 2018, andando a conquistare il titolo europeo nei 5.000 m., con record olandesi nel miglio (4:14,71), nei 3.000 m (8’27”:50), nei 5.000 m (14:22,34), rivelando anche un grande potenziale nella mezza maratona, registrando il record europeo di 1:05:15, con vittoria della gara, a Copenaghen, al suo debutto sulla distanza.

A febbraio 2019 Hassan ha stabilito il record mondiale nei 5 km con 14:44, a Monaco.

Nel frattempo, un Kejelcha in forma da record mondiale, ha registrato l’incredibile tempo di 3:47,01 sulla distanza del miglio, in una gara disputata a Boston

Hassan, infine, si è laureata campionessa mondiale, a Doha 2019, dei 1500 e 5000 m. e, di recente, alla Diamond League di Bruxelles, il 4 settembre 2020, ha stabilito il primato mondiale dell’ora in pista percorrendo 18.930 metri.

Ancora grandi atleti, sulla nostra pista azzurro / blu che, per sempre più campioni, è una delle piste preferite, al mondo, per sessioni di allenamento alla base di grandi risultati.