

# Sa.Spo Cagliari: ad Oristano per la Mezza Maratona del Giudicato

Data: Invalid Date | Autore: Giampaolo Puggioni



CAGLIARI, 17 FEBBRAIO 2018 - Cresce l'attesa per un evento sportivo molto suggestivo che parte e arriva in una Piazza Duomo ancora inebriata dalla Sartiglia di Oristano. Ma per i corridori in carrozzina della Sa.Spo Cagliari è già tempo di togliersi la maschera e far vedere sul campo ciò che si è prodotto negli ultimi due mesi di allenamento.

Il tecnico Carmelo Addaris, un faro del paralimpismo isolano (non a caso è anche delegato regionale della FISPES, Federazione Italiana Sport Paralimpici e Sperimentali) si mostra molto ottimista soprattutto perché la componente motivazionale è alta: sovente i suoi atleti si allenano insieme manifestando una reciprocità di intenti ammirevole.

I ventuno chilometri e novantasette metri che caratterizzano la Mezza Maratona del Giudicato di Oristano saranno aggrediti dall'atleta autoctono Matteo Carboni, abituato a manifestazioni di questo tipo e dotato di una discreta tecnica di spinta. Con lui esordirà l'algherese Alessandro Ibba che ha come obiettivo primario quello di terminare la gara anche se dai suoi gesti atletici già si percepisce come voglia arrivare lontano.

Non farà parte della squadra il più scafato del gruppo, il cagliaritano Alessandro Cicu che ha dato forfait per problemi muscolari e tendinei. Voleva recuperare il tempo perduto a causa delle complicazioni influenzali, ma secondo Addaris ha calcato un po' la mano nella foga di ritrovare la forma in tempi ridottissimi.

Non si sente ancora pronto ma scalpita per frizionare le ruote con la cadenza vincente anche Sandro

Sechi. Gli sarebbero bastate altre due settimane di duro lavoro per ritrovarsi sotto la stella della Sartiglia ma non è dispiaciuto più di tanto. Sa che non mancheranno manifestazioni simili per poter finalmente sprigionare le sue potenzialità.

Con la maglia Sa.Spo correrà anche un altro atleta di Oristano, Damaso Enna, nella categoria T 47, riservata agli amputati al di sotto del gomito.[MORE]

## LE IMPRESSIONI DELL'ALLENATORE CARMELO ADDARIS

Dall'alto della sua esperienza pluriennale non può che tirare fuori il meglio dai suoi paralimpici. Carmelo Addaris, due volte al mese, si sposta fino ad Oristano per far incontrare Matteo Carboni e Alessandro Ibba. Spesso e volentieri si aggrega anche Sandro Sechi che si allena costantemente a Cagliari. Il gruppo c'è e pare anche molto affiatato. Gli obiettivi primari da preparare sono i campionati nazionali di società e quelli assoluti. "L'impatto più importante che devono superare – afferma il tecnico di San Sperate – è quello psicologico perché il primo avversario da sconfiggere è incarnato nel loro carattere. Perciò terminare la gara è già un traguardo importante". Lo ha colpito molto Alessandro: "E' sorprendente che abbia acquisito una discreta tecnica di spinta – dice Addaris - e riuscirci già dalla prima fase non è semplice perché molto particolare da assimilare. Gli manca tutta la tecnica di resistenza aerobica anche perché occorrono un paio di mesi per preparare una maratona di 21 chilometri. Lui ha alle spalle solo tre settimane di carico e quest'ultima di scarico".

Il percorso, che si snoda fino al lungomare di Torregrande lo conosce molto bene: "E' pianeggiante e facile – conclude l'atleta e tecnico paralimpico - l'unica incognita, riscontrabile in tutte le maratone cittadine è la qualità dell'asfalto. Se fosse ottima si andrebbe alla grande. In caso contrario i gareggianti troverebbero difficoltà nell' impostare un'ottima coordinazione".

---

Articolo scaricato da [www.infooggi.it](http://www.infooggi.it)

<https://www.infooggi.it/articolo/saspo-cagliari-ad-oristano-per-la-mezza-maratona-del-giudicato/104964>