

IVG

Andora, il consigliere comunale Ilario Simonetta alla Ultramaratona Milano-Sanremo: 285 km in 48 ore

di **Redazione**

23 Aprile 2018 - 8:42



Andora. Il consigliere comunale di Andora Ilario Simonetta, atleta della RunRivieraRun e maestro di Karate, riparte per un'altra delle sue imprese sportive estreme. Parteciperà infatti dal 28 al 30 aprile alla Ultramaratona Milano Sanremo, la corsa podistica non stop più lunga d'Europa: 285 km di corsa a piedi da percorrere nel tempo massimo di 48 ore.

Simonetta, dunque, mira a portare il nome di Andora al traguardo entro i limiti temporali massimi concessi dal severo regolamento di quello che dagli stessi organizzatori viene definito un "impossible target" (obiettivo impossibile), qualificandosi tra i finisher di un grande evento sportivo che quest'anno è più internazionale che mai, con ben 18 nazioni in gara fra cui Indonesia, USA e Portogallo.

All'edizione 2017 della gara Simonetta è riuscito ad arrivare al 150° km per poi doversi fermare a causa di problemi muscolari. Non ha, però, abbandonato il sogno di rientrare nel ristretto gruppo di coloro che riescono a raggiungere il traguardo di questa impegnativa corsa. "Mi sono allenato con costanza, sperimentando tracciati molto lunghi con dislivelli accentuati e con caratteristiche diverse - racconta Simonetta - Ho corso anche in presenza di condizioni meteo avverse, di giorno e di notte, per abituare il corpo e la mente alle

situazioni più disparate e difficili”.

“La partecipazione alla Ultra Milano-Sanremo dell’anno scorso mi ha insegnato che, oltre alla resistenza fisica e alla concentrazione psicologica, è necessaria una buona sopportazione del sonno e, per sviluppare quest’ultima capacità, ho svolto allenamenti notturni prolungati e partecipato a manifestazioni come la 100 Km del Passatore 2017, la 100 Km Torino/Fogizzo, la 24 ore di Montecarlo e la 6 ore di Torino, completandole in tempi soddisfacenti” conclude.