Ivan Cappelli prepara il finale di stagione

di **Valerio Giongo**

04 Settembre 2021 – 15:48



Savona. L'estate si incammina verso le battute conclusive. Il **triatleta** loanese **Ivan Cappelli**, 26 anni, è **rientrato** in Liguria nei giorni scorsi dopo due settimane in **ritiro** a **Sestriere**, Piemonte, dove ha potuto mettere a punto la **condizione** in vista delle competizioni autunnali.

Uno stage in **altura**, sopra i **2000 metri** sul livello del mare, nel comune **più alto** d'Italia. Luogo ideale dove allenarsi, respirando aria fresca e riossigenendo il sangue. Usufruendo della **piscina** in vasca corta, **correndo** per i sentieri e **pedalando** tra le vette alpine, con sconfinamento in Francia. Il colle delle **Finestre**, il **Monginevro**, del **Telegraphe**, del **Galibier** a 2650 metri. Cime mitiche del ciclismo.

Cappelli, portacolori del gruppo sportivo valdostano Valdigne Triathlon, si è allenato assieme agli altri atleti e ragazzi della società **Doria Nuoto Loano**, seguiti dal tecnico allenatore **Paolo Zunino**.

I prossimi appuntamenti nell'agenda di Ivan, sono i seguenti. A **Cervia**, il **2 e 3 ottobre**, dove prenderà parte al **Campionato italiano** sulla distanza **Sprint** (750 metri nuoto, 20 chilometri in bicicletta, 5 chilometri a piedi) e, in attesa delle probabili **selezioni** della squadra per cui è tesserato, alla **staffetta mista** 2+2.

La settimana seguente, il **10 ottobre** sempre in Romagna, a **Riccione**, si terrà invece il **Campionato italiano** sulla distanza **olimpica Èlite** (1500 metri nuoto, 40 chilometri in

bicicletta, 10 chilometri corsa). Tale competizione non è open, vale a dire **non è aperta** a tutti. Per accedervi è necessario rientrare nei **requisiti** del punteggio **ranking**. Il triatleta **loanese**, nella speciale classifica, è momentanemente dentro, **43°** su **138 posti** disponibili.

Nel 2019 Ivan, vincendo precedentemente **l'Ironamn** di **Tallin**, in **Estonia**, è stato il primo e finora unico savonese a prendere parte all'Ironman di **Kona**, alle isole **Hawaii**. Il più **prestigioso** al mondo, nella patria nativa della disciplina, importata poi dagli europei, francesi in particolare, all'inizio degli anni Ottanta.

L'Ironman (3800 metri nuoto, 180 in bicicletta, 42 chilometri a piedi, ovvero la maratona) è la competizione **"regina"** del triathlon, la più **impegnativa**. Nell'occasione giunse **tredicesimo** nella classifica dei **giovani** (18-24 anni) e **434°** assoluto su oltre 2300 partecipanti.