

SPORT/STYLE

Agenda Active

LAGO MAGGIORE
 Gli atleti durante
 lo "Swimrun Cheers",
 al Lago Maggiore.

APPUNTAMENTI (E SPUNTI) DI SPORT PER CHI LO FA

Disciplina piuttosto recente (è stato ideato in Svezia nel 2002), lo swimrun è lo sport in cui si alternano frazioni di nuoto in acque libere a tratti di corsa, prevalentemente off-road, indossando per tutto il tempo speciali scarpe capaci di drenare rapidamente l'acqua, una muta con chiusure lampo facili da aprire e chiudere, cuffia, occhialini e, volendo, perfino palette da nuoto. Diverso dal duathlon per l'assenza di un ordine prestabilito in cui le diverse fasi si susseguono, piace proprio perché è molto vario, divertente e si pratica in ambienti il più possibile naturali. Secondo Ivan Risti, ironman di lungo corso e allenatore, il potenziale dello swimrun sta soprattutto nella sua capacità di attrarre un mondo di amatori più adulti che nello sport di endurance cercano meno esasperazione e più fascino della distanza. «È un po' come accade nelle gare Ironman», spiega Risti. «Cioè la sfida personale spesso conta più del cronometro». Che sia davvero così lo dimostra, ad esempio, il percorso agonistico di Renato Dell'Oro, uno che fino a dieci anni fa neppure sapeva nuotare. Avvicinatosi allo swimrun attratto dal senso di maggiore libertà rispetto a sport più codificati, ora, a 44 anni suonati, è campione italiano nonché tra



SWIMRUN LO SPORT CHE VIENE DAL NORD E PIACE AGLI ADULTI

NATA IN SVEZIA MENO DI 20 ANNI FA, QUESTA DISCIPLINA CHE ALTERNA NUOTO E CORSA ATTIRA PERCHÉ LA SFIDA PERSONALE SPESSO CONTA PIÙ DEL CRONOMETRO

i pochissimi ad aver disputato, lo scorso anno, le gare del circuito internazionale Ötillö, il più importante a livello mondiale.

Molto popolare nei Paesi nordici, in crescita in Francia, da noi è ancora sport di nicchia, con un numero di praticanti

nell'ordine di qualche centinaio. Tuttavia, grazie alla dinamicità che lo caratterizza e all'appel di gare dalla forte capacità attrattiva come Swimrun Cheers sul Lago Maggiore, ci sono tutte le premesse perché la sua popolarità cresca rapidamente. Perlomeno ne sono

convinti importanti marchi come Michelin, che ha sviluppato apposite soles tecniche, o Phelps, brand nato dall'esperienza del plurimedagliato campione americano, presente con una sua linea di mute, occhialini e cuffie studiati per questo sport.