

## INTERVISTA AI SOCI



### EDGARDO PARI

1) Da quanto tempo sei iscritto alla EASY RUNNER ?

- Dalla formazione di questo gruppo.

2) Da quanto tempo pratici il podismo ?.

- Ho iniziato a quindici anni con le gare scolastiche.

3) Prima praticavi un altro sport ?

- Ho praticato un po' di calcio in parallelo al podismo.

4) Che cosa ti ha spinto a scegliere la corsa ?

- Ho sempre avuto la voglia di soffrire.



5) Quali benefici hai riscontrato con questo tipo di sport ?

- Penso che lo sport agonistico faccia più danni che bene.

6) Hai apportato variazioni alla tua alimentazione ?

- Essendo un mezzo agricoltore mangio molta frutta e verdura.

7) Quante volte ti alleni durante la settimana ?

- Adesso 3-4 volte. In passato anche tutti i giorni.

8) Quale è stata la tua prima gara e quale è stata la tua impressione personale ?

- La 5 Ville di Bertinoro: **entusiasmante!** Avrei fatto un altro giro.

9) Quali sono le gare del nostro calendario che ti piacciono di più e per quale motivo ?

- Il trofeo “**Mario Pantani**”...aria e strade di casa mia.

10) Hai partecipato a MEZZE MARATONE ?

- Ne ho fatte tante, il miglior tempo a “la cava”: **1h 20’**.

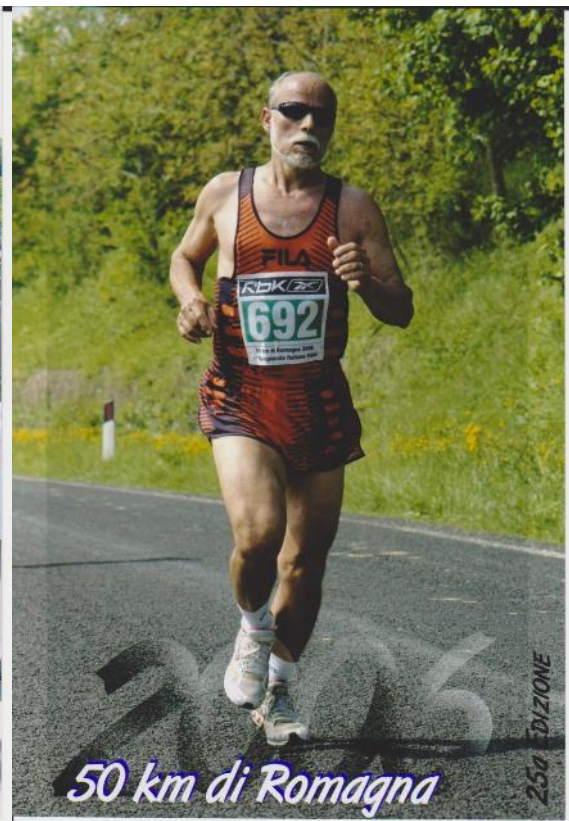
11) Hai partecipato a MARATONE ?

- Sono ormai a **80** maratone, devo arrivare a **100**.

La **1°** maratona è stata quella di “Russi”: **3 h**.

Il miglior tempo: Roma **169°** assoluto, **2h 51’**.





12) Hai partecipato a ULTRA MARATONE ?

- Ne ho fatte diverse:

1° assoluto Civitanova Marche,

2° assoluto Caserta,

8° assoluto Desio Milano,

21° assoluto al Passatore.

Miglior tempo **8h 04'**.

Nella 100 km Ussita-Civitanova, avevo un'assistenza eccezionale, con un ciclista che mi seguiva passo-passo. Aveva sulla bici tutto quello di cui io avevo bisogno nella corsa: acqua, sali, frutta, cioccolata ecc...

Dopo circa 30 km, in una salita, ho perso i contatti col ciclista.

Era il mese di luglio, le 16 del pomeriggio, 30° all'ombra, avevo sete, bisogno di zuccheri ed il ciclista non arrivava. Finalmente dopo la salita di 5 km è arrivata la discesa, ed è arrivato anche il ciclista con i rifornimenti.

Per la cronaca il ciclista era un certo Massimo Lodovici (podista), attuale leader dell'Easy Runner.

13) Hai mai avuto la tentazione di "mollare" durante una qualsiasi gara e ritirarti ?

- Poche volte. Perché parto sempre con la testa giusta.

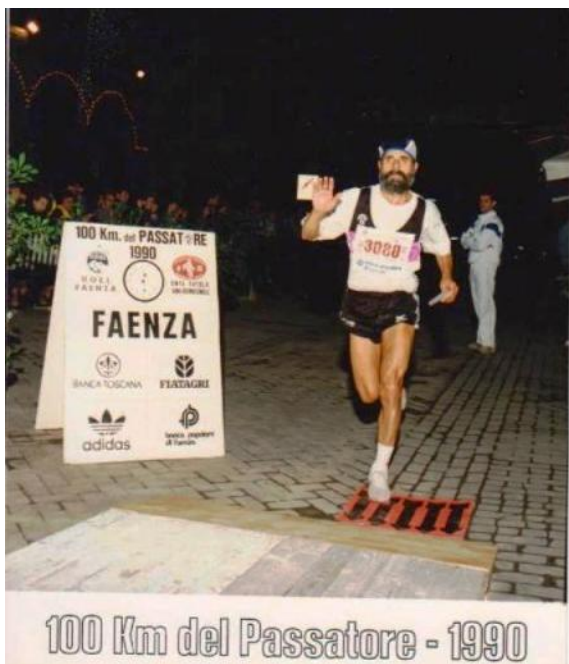
14) Sei soggetto ad infortuni legati all'attività sportiva ?

- No.

15) Hai qualche valido suggerimento da dare ai "podisti emergenti" di questo gruppo?

Per correre bisogna avere un fisico perfetto, altrimenti è meglio non correre.





16) Quali sono le tue intenzioni, per quanto tempo vuoi continuare a correre e con quali aspettative ?

- Se il fisico lo consente...non mi fermerò mai.

17) Hai domande, proposte o critiche da rivolgere al comitato direttivo della EASY RUNNER ?

- Siete bravi, deve crescere **Mario Pantani**, una corsa così bella si merita una grande affluenza.

-----**Edgardo Pari**-----



100 Km. DEL PASSATORE - 1987