



RAIFFEISEN

8ª SkyRace Internazionale Valmalenco-Valposchiavo

“Intervista a Kilian Jornet Burgada”

Giovedì 30 Aprile apriranno ufficialmente le iscrizioni per la skyrace transfrontaliera tra Italia e Svizzera, ma alla segreteria della Valmalenco-Valposchiavo è già giunta anzitempo un'importante conferma.

Il fenomeno catalano Kilian Jornet Burgada sarà al via per vincere anche l'edizione 2009. Già due volte dominatore della Skyrunner® World Series, il campionissimo iberico sembra avere il tris nel mirino. Lo abbiamo incontrato ed intervistato per voi.

La Valmalenco-Valposchiavo è una gara che ti piace, ma che in parte hai sempre sofferto. Sarà per la tipologia di tracciato, sarà perché è ad inizio stagione, ma sia nell'edizione 2007 che in quella 2008 ti abbiamo visto in affanno. Eppure sei stato uno dei primi a metterla nei piani estivi. Il motivo?

«Semplice – ha esordito -. La Valmalenco-Valposchiavo è una competizione incredibile. Ha un tracciato spettacolare: non tecnico, ma veloce. Si svolge in un ambiente straordinario ed ha sempre un livello molto alto. Non sarà la prova più indicata alle mie caratteristiche, ma essere schierato nella sua lista partenti è già un privilegio. Che dire, la considero sempre un buon test per valutare il mio stato di forma e quello dei miei diretti avversari. Questo è uno dei motivi per cui la considero una dei punti fissi nel mio calendario agonistico estivo».

Lo scorso giugno ti sei presentato con il preciso intento di vincere e ci sei riuscito. Visto che l'obiettivo di ognuno è provare a migliorarsi, attaccherai il record di Marco De Gasperi?

«Il record di Marco è a dir poco tosto! De Gasperi è un atleta fortissimo e in questo tipo di competizioni sa esprimersi al meglio: è veloce in salita ed imprendibile in discesa. Io lotterò per piazzarmi tra i primi posti e finire nel miglior modo possibile. Entrare nei tre sarebbe già una grande impresa».

Sei molto giovane, eppure da due stagioni sei il leader incontrastato a livello mondiale. Quali sono i tuoi obiettivi per l'estate 2009?

«Fra i mie obiettivi estivi c'è la Coppa del Mondo. Ovviamente cercherò di selezionare le gare che più mi piacciono. Sarò quindi a Zegama, in Valmalenco, Andorra, Giir di Mont e Malesia. Inoltre, parteciperò al Ultra Trail du Mont Blanc, e al Ultra Trail di Andorra; ho anche un paio di progetti, che non sono gare, ma che mi intrigano. Tornando alla Skyrunner® World Series, mi piacerebbe provare a ripetermi, ma non sarà facile. Il motivo? Semplice: penso che ci sia molta gente con un livello pari o superiore al mio. Potrei citare Mejia, Agustí, Schiessel, Jessed... Sono atleti che ti rendono le cose molto difficili; alcuni giorni vinco io e, altri, loro. Marco De Gasperi, invece, merita un discorso a parte. In questo tipo di competizioni è incontrastabile».

Dovessi fare una panoramica sulla disciplina, qual è il livello delle gare, degli atleti e, soprattutto, quale avversario non vorresti mai incontrare?

«Tantissimi!! Il livello oggi è molto alto, e nelle corse i primi arriviamo alla meta con piccole differenze di tempo. Bisogna sudare fino all'ultimo metro per assicurarsi una buona posizione. Tutto dipende dal tipo di competizioni, poiché una corsa di 20 km è molto diversa da una di 170 km. Un'altra importante variante è se la corsa è tecnica o meno. Nello stesso modo, ci sono corridori più a loro agio in un tipo di competizioni e altri con caratteristiche completamente differenti. A me, ad esempio, piacciono le gare tecniche e lunghe. Marco De Gasperi su tracciati medi è, senza dubbio, superiore. Agustí o Mejía sono molto forti in una maratona poco tecnica; Raul è molto bravo negli ultra. Come vedi c'è in giro davvero tanta gente molto brava».

Scialpinismo e Skyrunning, due sport compatibili o primeggiare nell'uno significa poi trascurare l'altro?

«Assolutamente no. Io provengo dallo scialpinismo e in inverno, da novembre fino ad aprile, scio senza uscire a correre neanche un giorno. In questi mesi lo sci è la mia unica priorità. In estate cambio abitudini. Si può gareggiare con gli sci al 100%, ma anche al 100% a piedi. È soltanto una questione di organizzazione, di pianificazione e di controllo del calendario».

Torniamo alla Valmalenco-Valposchiavo. Per tipologia e chilometraggio è una gara che consiglieresti ai neofiti. Se si come dovrebbero impostarla?

«Senza dubbio, sì. La Valmalenco-Valposchiavo è una gara molto interessante per avvicinarsi allo skyrunning. È una competizione dura, ma con una distanza e un'inclinazione che ti permettono di competere. Inoltre, l'ambiente, la gente che ti incoraggia e l'ottima organizzazione, fanno sì che sia la migliore».

Già che ci siamo, dacci qualche consiglio d'allenamento utile per un corridore che si vuole avvicinare allo skyrunning?

«Penso che la cosa più importante sia gioire allenandoti. Mi spiego meglio: quando vai a correre in montagna non pensi a ciò che devi fare, al numero di serie... L'unico tuo pensiero deve essere goderti il paesaggio, le sensazioni... Così mantieni la motivazione. Credo che è basilare appagarti facendo ciò che ti piace; cioè, correre in montagna. Essere ossessionati da allenamenti e risultati è controproducente».

Maurizio Torri, Addetto stampa SkyRace Valmalenco-Valposchiavo

SkyRace Valmalenco-Valposchiavo
c/o Ente Turistico Valposchiavo
CH-7742 Poschiavo

Tel. ++41 81 844 05 71
segreteria@international-skyrace.org
www.international-skyrace.org