



I 380 PODISTI HANNO DATO UN CONTRIBUTO PER COSTRUIRE UN ACQUEDOTTO IN RWANDA

In alto i partecipanti alla maratona alla partenza dalla Bipielle; sotto lo stand del Movimento lotta contro la fame nel mondo a cui sono stati destinati dei contributi

Da domani guarda tutte le foto

vedi su www.ilcittadino.it

Il maltempo non ferma la corsa: a Lodi la maratona di solidarietà

■ Sotto l'acqua e per l'acqua. Non c'è dubbio su quale sia stato l'elemento dominante della seconda "Lodi Relay Marathon", la 42 km non competitiva a staffetta che ieri ha fatto breccia nel cuore di Lodi attraverso quattro giri (uno per frazione) da 10,5 km e di riflesso quattro passaggi da Piazza della Vittoria. Acqua come quella scesa copiosa dal cielo, che non ha però limitato la partecipazione alla manifestazione organizzata dal Mlfm (Movimento per la lotta contro la fame nel mondo) con la preziosa collaborazione dei Marciatori Lodigiani: confermato il numero di squadre annunciato (89, era presente anche una staffetta del «Cittadino»), è salito il numero dei podisti di corsa da "indipendenti" (poco meno di trenta) per un totale superiore alle 380 unità (60 in più di un anno fa). L'acqua è però soprattutto quella che i partecipanti alla "Relay Marathon" contribuiranno a portare nella città ruandese di Rutare: i 3.400 euro del ricavato saranno utilizzati (quest'anno per intero poiché «grazie all'intervento di alcuni sponsor, su tutti la Viscolube, siamo riusciti a coprire tutte le spese organizzative» ha spiegato Simona Mori dello staff Mlfm) per ultimare un acquedotto destinato a servire una zona di interesse di oltre 60mila abitanti. «È stato molto bello vedere il messaggio umanitario trasmesso alla città dal passaggio dei podisti», la dichiarazione in merito del vice-sindaco di Lodi Giuliana Cominetti.



Il gruppo più numeroso è stato lo Sports Club Melegnano con otto squadre davanti al Gp Tavazzano con sei, la squadra più veloce è stata quella del Triathlon Vivo Piacenza (con quattro lodigiani: Claudio Mantovani, Pierantonio Comizzoli, Gianluca Silvatice e Massimo Forletto) con un crono complessivo appena oltre le 2 ore 40'. La Relay Marathon però è stata davvero una corsa "per tutte le tasche". Per quelle ricche di passione del marciatore più anziano, Carlo Zacchetti, 81enne del Gp Sant'Angelo, oltre 20mila chilometri percorsi in carriera nelle marce non competitive: «La staffetta è una bell'idea, ne avevo corse in pista (con la "12x30 minuti" primaverile, ndr) ma mai su strada». Per quelle ambiziose della formazione più giovane, allestita dall'Mlfm Lodi e denominata "Hakuna Matata" «perché corriamo senza pensieri: lo faremo anche nella maratona a staffetta di Milano il prossimo 14 aprile», come spiegano all'unisono i componenti (tutti 23enni) Michael Crea, Mario Gaboardi, Henry Grecchi e Nicolas Fasoli. Per quelle cariche di speranza di quattro ragazzi nigeriani, a Lodi da un anno, che hanno corso in una formazione allestita dalla Caritas: «Lodi è una bella città e ci ha accolto in modo splendido - le parole di Kenneth, a far da portavoce del gruppo -. Siamo calciatori, ma correre ci piace, anche se qui fa un po' freddo!». Si potranno consolare il prossimo anno, quando la "Lodi Relay Marathon" verrà anticipata al 15 settembre.

Cesare Rizzi



DALLA RICERCA NUTRIZIONALE GIULIANI

Giusto DIABEL

Alimenti per diabetici

Linea completa notificata al Ministero

✓ Ricchi di fibre ✓ Con polifenoli

Le fibre idrosolubili contenute nei prodotti Diabel rallentano l'assorbimento del glucosio mantenendo la glicemia costante. I polifenoli sono sostanze naturali, che si trovano anche nell'olio d'oliva, in cui è riconosciuto il loro ruolo antiossidante. La linea Giusto Diabel comprende paste, biscotti e fette biscottate.

Il dolcificante a base di sucralosio con in più la fibra

La nuova alternativa allo zucchero che aiuta a raggiungere l'apporto consigliato di fibre, fondamentali per un corretto stile di vita alimentare.

- ✓ Senza retrogusto
- ✓ A rapida dissoluzione
- ✓ Per dolcificare bevande calde e fredde, macedonie e dessert

GIULIANI