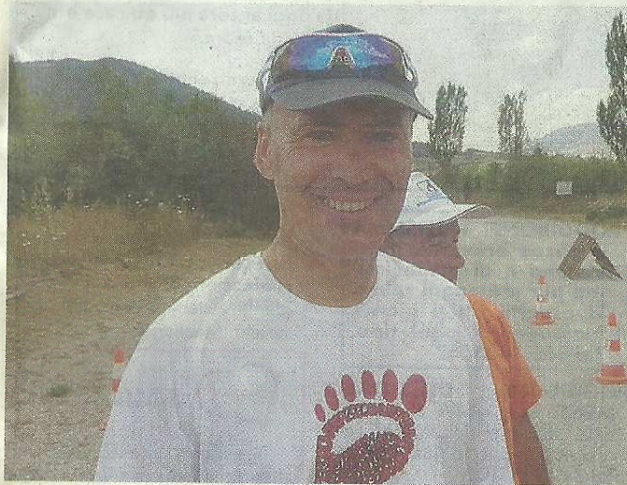


LA NAZIONE

«Sei giorni di corsa, solo 2 ore di sonno a notte»

Massimo Taliani 3° al campionato nazionale di 'ultramaratona' da 580 chilometri



di MASSIMO CHERUBINI

«CON LA MINIMA condizione fisica ho raggiunto il massimo risultato». Massimo Taliani, 54enne di Piancastagnaio, aggiunge ai suoi numerosi successi nelle corse podistiche anche la 580 chilometri, corsa del campionato italiano Iuta, disputata in provincia di Potenza. Oltre 200 partenti, molti di meno arrivati al traguardo. Sei giorni di corsa, poco sonno, tanta fatica. Taliani si è classificato 3° assoluto e 1° nella sua categoria, gli over 50.

Cosa si prova a percorrere tanta strada a piedi?

«Tantissima fatica, sacrificio ma, alla fine, immensa felicità».

Come si prepara per queste prestazioni?

«Personalmente con poche ore di allenamento alla settimana. Ma quando sono in strada per una

RESISTENZA

«Dormivo in una brandina sul mio furgone. E si mangia mentre stai camminando»

competizione trovo grinta e capacità di sacrificarmi. Sono arrivato a questo appuntamento non al meglio della condizione fisica. Un problema muscolare mi ha tenuto fermo per un quasi tre mesi. Ma

non volevo mancare a questo importante appuntamento. E' andata bene perché con poca preparazione alla fine sono riuscito a raccogliere il miglior risultato. Nei primi due giorni di gara sono andato benissimo percorrendo quotidianamente 120 chilometri. Poi sono stato frenato da un problema muscolare. Nel terzo e quarto giorno di gara ho sofferto solo per camminare. Non c'era molta fiducia intorno a me. I più ottimisti mi dicevano che non avrei superato i 500 chilometri. Invece ho stretto i denti, il quinto e sesto giorno sono riuscito a recuperare conquistando il terzo posto assoluto e il primo di categoria».

Piancastagnaio

L'atleta di Piancastagnaio, 54 anni, ha vinto il 1° premio nella categoria over 50'

Duecento atleti

Alla gara 'estrema' di corsa no stop che si è tenuta nel Potentino hanno partecipato 200 atleti da tutta Italia

Come si gestisce una simile competizione. Quando dorme, quando va in bagno...

«La gestione di una corsa così lunga è importantissima. E' una corsa dove la tattica ha la sua importanza. C'è gente che arriva con uno staff che controlla gli avversari. Io invece sono più da corsa libera».

Nei 6 giorni dove dormiva? E il cibo?

«Dormivo su una brandina sul mio furgone. Dalle due alle quattro ore, poi via di nuovo a correre. Lungo il percorso ci sono i rifornimenti e anche i bagni».

E i problemi ai piedi?

«Si devono prevenire, cambiare molto spesso le calze».

PROVINCIA

I commercialisti aiutano i Comuni su Imu e Tasi

UNA CONSULENZA gratuita in materia di fiscalità immobiliare comunale per semplificare la vita alle amministrazioni e ai cittadini contribuenti della provincia. E' la proposta dell'Ordine dei Dottori Commercialisti e degli Esperti Contabili di Siena, contenuta in una lettera a firma del presidente Marco Tanini. Le difficoltà dei cittadini e le accese polemiche che hanno caratterizzato le recenti scadenze del 16 giugno scorso, data nella quale si sono concentrati i pagamenti Imu e Tasi, hanno spinto l'Ordine a contattare tutti i Comuni della provincia per fornire la disponibilità a effettuare una consulenza tecnica relativa alla individuazione di aliquote, detrazioni ed esenzioni riguardanti la fiscalità comunale sugli immobili.