

Maratona di Tokio

Scritto da Fabrizio Pulliero

Lunedì 26 Febbraio 2018 11:38 -

Giornata coperta e fredda, 4gradi,.saremo piu' di 35000.una cinquantina nel gruppo di Born2run. Colazione al sacco,pessima, (mini panini con verdure,1biscotto,1 yogurt e 1 banana. Organizzazione capillare Alle 8.30 nelle gabbie e dopo l'inno nipponico,alle 9.10 lo Start. Al 10 km 57'..mi va bene. Non ci sono,o meglio ,non vedo i pace marker (per me utili). Al 16km ,1h.25' vado bene. A meta' corsa ,1h.59' incontro du
e runners della Basilicata,mi affianco per 4/5 km,poi loro si abbeverano e ci perdiamo di vista. Ho recuperato quasi 2 '.

Sul percorso sento musica rock e suoni di tamburi,vedo moltissimi runners vestiti come nei " Manga ". Mi ricarico ogni 7/8 km.

Fa sempre un freddo cane, ma correndo e' sopportabile,nonostante la brezza di mare nelle costole. Al km 32, comincio a

considerare la possibilita' di stare sotto le 4 ore,vado a 5.50/km,mi impegno e per un 6/7 km scendo a 5.30.

Arrivo sul viale finale di un km prima dell'ingresso al parco imperiale,svolto a Sn e vedo il traguardo a 500 m.

E' fatta!! 3h59'50".....Una canotta del 2002 Marathon club ha percorso le strade di Tokio!!!

Vi saluto da dove sorge il sole

Maratona di Tokio

Scritto da Fabrizio Pulliero

Lunedì 26 Febbraio 2018 11:38 -



Maratona di Tokio

Scritto da Fabrizio Pulliero

Lunedì 26 Febbraio 2018 11:38 -



Fabrizio Pulliero