

Alex Bellini



Alex è nato in Valtellina nel 1978.

Lo sport, in tutte le sue forme è sempre stato un punto fisso nella sua vita. Crescendo in un paese di montagna, lo sci - sua grande passione - è stata la prima attività sportiva.

Nel 1999 viene scelto per partecipare alle selezioni nazionali del Camel Trophy di Tonga.

Dal 2000 al 2001 corre le prime maratone tra cui la New York City Marathon e la Marathon des Sables, 280 km nel deserto marocchino.

Nel 2002 e nel 2003 vola al freddo dell'Alaska per partecipare all'Alaska Ultrasport: corsa a piedi, in autosufficienza, trainando una slitta con tutto il necessario per sopravvivere. Nella prima edizione a

cui partecipa percorre 600 km concludendo la corsa in 9 giorni, nel 2003 copre 1400 Km. Alex concluderà questa seconda avventura in 27 giorni posizionandosi terzo assoluto.

Dalle distese di ghiaccio, Alex decide di passare alle immensità degli oceani. Nel 2005 Alex diventa il primo uomo ad attraversare in solitaria a remi il mare Mediterraneo e l'oceano Atlantico, traversata di 226 giorni e 6000 miglia da Genova a Fortaleza (Brasile), su una barca di 7,5 metri.

Il 21 febbraio 2008, con la stessa imbarcazione, Alex parte da Lima (Perù) per raggiungere l'Australia. Concluderà con successo la traversata dell'oceano Pacifico il 13 dicembre 2008 dopo 18.000 chilometri di navigazione e 294 giorni in mare aperto, da solo. Alex entra così nella storia della navigazione e segna il nuovo record di traversata a remi, con esito positivo, più lunga mai compiuta prima.

Oggi Alex è speaker motivazionale e pilota di mongolfiere.

Visita il sito dedicato al volo in mongolfiera: www.alexbellini.net

Nel 2011 Alex Bellini affronterà una nuova sfida:

5.000 km di corsa da Los Angeles a New York in 70 tappe, 70 giorni e 74 km al giorno.

RICONOSCIMENTI:

“Cavaliere delle Acque 2006” il tradizionale riconoscimento che la Federazione Italiana Canottaggio assegna ogni anno ai 5 protagonisti che si sono particolarmente distinti nel corso della stagione. Alex Bellini con la traversata in solitaria in barca a remi del Mediterraneo e dell'Oceano Atlantico, ha ottenuto il prestigioso riconoscimento;

Explorerweb ha inserito la traversata effettuata da Genova a Fortaleza (Brasile) tra le migliori otto avventure del 2006;

FISSS (Federazione Italiana Survival Sportivo e Sperimentale) ha nominato nel 2009 Alex Bellini Istruttore “Honoris causa” per essersi distinto in un'impresa degna di nota nel campo della sopravvivenza;

Amova International Award 31 ottobre 2009 - premio che l'A.M.O.VA. (Associazione Medaglie d'Oro al Valore Atletico) assegna a campioni che hanno fatto la storia dello sport mondiale;

ASSOCIAZIONE NAZIONALE ATLETI OLIMPICI E AZZURRI D'ITALIA Sezione Provinciale di TRIESTE 6 febbraio 2010 - ha attribuito a Bellini uno speciale riconoscimento di “Azzurro Benemerito” un vanto che colloca l'atleta fra le più importanti “Maglie Azzurre” d'Italia;

Nel luglio 2010 Alex Bellini è stato tra i cinque premiati della 14ª edizione Premio Internazionale FAIR PLAY Mecenate, nella categoria “sport oltre lo sport”. Assieme ad Alex, Oscar Pistorius nella categoria “sport e disabilità”;

Il 3 ottobre all'interno del Salone Nautico di Genova, Alex ha ricevuto il premio “Navigare Informati”.

LIBRI:

Alex ha scritto due libri. Il primo, “Mi chiamavano montanaro” ed. Longanesi 2007 ha vinto il premio “Letteratura del mare di San Felice Circeo 2008”, il secondo “Il Pacifico a remi” ed. Longanesi 2010 ha vinto il premio Amaca e dopo solo cinque mesi dalla sua uscita in libreria è stata stampata la terza edizione.

DOCUMENTARIO:

Alex Bellini ha prodotto il documentario “ONDE” per sostenere la “Campagna Mare” di Greenpeace.

Speaker motivazionale

“Tutti gli uomini sognano. Non però allo stesso modo. Quelli che sognano di notte nei polverosi recessi della mente si svegliano al mattino per scoprire che il sogno è vano. Ma quelli che sognano di giorno sono uomini pericolosi, giacché ad essi è dato vivere i sogni ad occhi aperti e far sì che essi si avverino.” (Thomas Edward Lawrence)

LE MIE CREDENZE



Credo che ognuno di noi potrebbe attraversare un oceano a remi o realizzare imprese ancora più eccezionali. A patto che ognuno abbia un buon motivo, una forte motivazione per farlo. Credo che ogni uomo abbia un pozzo inesauribile di motivazione a propria disposizione da cui attingere forza e coraggio, ma se non permettiamo a noi stessi di esplorare questo pozzo, molte di queste nostre potenzialità con il tempo potrebbero inaridirsi. Il nostro personale compito nella nostra vita è quello di sviluppare le energie, il coraggio e la caparbieta di uscire dal nostro metro quadrato di comodità, calarci in quel pozzo e avventurarci nelle sue acque a toccare con mano l'essenza di noi stessi.

SAI RICONOSCERE UN OBIETTIVO?



COSA VUOL DIRE FARE FOCUS SULL' OBIETTIVO?

Fare o avere FOCUS sull' obiettivo vuol dire riconoscere la strada che orienta all' obiettivo e non badare a tutte le distrazioni che posso intervenire.

Uno dei più grossi errori nell' epoca moderna è quello di voler saper fare un po' di tutto, sperperando così tantissime energie e mancando il più delle volte di raggiungere l' eccellenza nei risultati.



TRA IL DIRE E IL FARE:

- Quanto potrebbe essere pericoloso per te e per le risorse che gestisci se i tuoi sogni diventassero realtà?
- Cosa ti frena a realizzare i tuoi sogni e perché?
- La paura del fallimento, preservare il tuo ego, l'opinione altrui e il senso di inadeguatezza non ti consentono di muoverti liberamente?

LO STATO DI CRISI--> IL NAUFRAGO.

- Chi è che sopravvive ad “un mare in tempesta”? Perché solo pochi sopravvivono?
- Chi è il naufrago? Come può sopravvivere a un naufragio?
- Impariamo a vedere dietro al fallimento un'eccezionale opportunità di crescita.

PAROLA D' ORDINE: FLESSIBILITA'

- Perché imbattersi in un evento fuori dal nostro controllo incute paura?
- Ti sei mai trovato fuori dalla tua “zona di confort”? Che sensazione ti ha dato?
- Ti è mai capitato, nonostante la tua curiosità, di non aver avuto il coraggio di osare? Cosa ti ha frenato? Cosa, secondo te, spinge alcune persone a oltrepassare quel limite?



Adottando lo spirito dell'avventura nello sport, nel lavoro e nella vita si acquisiscono indispensabili strumenti per permetterci di intraprendere quel lungo percorso che ci porterà a raggiungere quelle sfide che inizialmente sembravano impossibili.

Attraverso il racconto delle sue sfide e con la sua capacità comunicativa, Alex Bellini sarà in grado di coinvolgere gli spettatori offrendo loro un nuovo punto di vista permettere di cambiare le proprie credenze, superare le paure e accettare le sfide della vita.

English version

WHO IS ALEX?



Andrea Raso SGP

Alex was born in Aprica, Valtellina, in 1978. Like many other dreamers, he spent most of his 30 years imagining to be somebody else, in some other part of the world, experiencing a very different existence that would take him away from the monotony and confusion of a young man's daily life.

Sport, in its every form and meaning, has always been a steady point of reference throughout his life.

Growing up in Aprica, a mountain village, his first athletic passion was alpine skiing, an activity which he always practiced with great success and gratification.

Maybe the call for adventure has always been simmering inside of him, but times were not yet ripe for more extreme undertakings.

But in 1999 something important happened: Alex was chosen to participate in the National Selections for the Camel Trophy in Tonga. During these trials he had the chance to meet many people who had gained some experience with adventure, and it was then that he knew with absolute certainty what that voice inside of him had been saying all along: movement, danger, personal sacrifice, his calling was saving him from the monotony of a quiet life.

From 2000 to 2001 he runs his first marathons, including the New York City Marathon and the Marathon des Sables, 260 km through the Moroccan Desert.

In 2002 and 2003 he flies towards the chill of the north for an adventure which takes place every year in Alaska and follows almost exactly the track of the Iditarod, the world famous sledge dog race.

Alex decides not to rely on dogs for this race, but rather to face it by himself, in complete self-sufficiency, by towing a sledge with everything he needs for his survival.

During the first edition of the race he participates in, he covers 600 km finishing the race in 9 days, promising himself that he'll be back the following year.

In 2003 because of unusual weather conditions and lack of snow, the starting point of the race was moved about 100 km North East, close to the Canada border. As a consequence the route of the race went from the usual 1800 km to a shorter distance of 1400 km, most of which ran along the course of the Yukon river. Alex runs in this occasion for 23 days, reaching the 3rd place in the overall final results.

From the expanse of the northern ice, Alex decides to turn his attention to the vastness of the oceans. In 2005 Alex becomes the first man to cross the Mediterranean sea and the Atlantic Ocean on a lone trip using a rowing boat 7,5 meters long. The 10,000 km long crossing from Genova to Fortaleza (Brasil) takes 226 days.

On February 21st, 2008, using the same rowing boat named by Alex "Rose of Altacama II", Alex sets out from Lima, Peru, rowing his way into the Pacific Ocean to reach Australia. He will successfully conclude the crossing of the Pacific Ocean on December 13th, 2008 after a trip 18,000 km long and 294 days spent alone in the open ocean.

With this latest task, Alex makes his entrance into nautical history with a new record of the longest successful ocean crossing with a rowing boat.

Acknowledgements:

"Knight of the Waters" 2006: the traditional investiture which the Italian Rowing Federation reserves every year for the 5 most outstanding performers of the season. This price was awarded to Alex after he crossed the Mediterranean and the Atlantic Ocean.

Explorerweb: has included the crossing from Genova (Italy) to Fortaleza (Brasil) among the 8 most outstanding adventures of 2006.

FISSS (Italian Federation for Sport and Sperimental Survival) nominated Alex Bellini instructor "honoris causa" for distinguishing himself in the skills of survival during his crossing of the Pacific Ocean.

Amova International Award: 31st October 2009- price which the A.M.O.V.A. (Gold Medals for Athletic Worth Association) awards the champions who have made worldwide sport history.

CONTACTS:

For further information please contact
 Francesca Bellini - PRESS OFFICE ALEX BELLINI
 +39 335 1295917
comunicazione@alexbellini.it

ALEX BELLINI RUNS THE LA-NY FOOTRACE

Italian athlete extraordinaire, Alex Bellini, will run the LA-NY Footrace 2011 starting on June 19 and will take 70 days to make his way across the nation and cover 3220 miles!

For a boy that grew up in a very small town in the middle of the Italian Alps, Alex Bellini developed large dreams and goals for his life. He will be one of 22 competitors in the trans-American ultramarathon taking place between Los Angeles and New York in 70 days. Starting on June 19th in Huntington Beach, CA the race will take him through 70 stages, covering fifteen different U.S. States averaging 40-45 miles per day, 3220 total miles and ending on August 27, 2011 in the Big Apple.

In 1928 at the age of 20, Andy Payne won the first Trans America footrace from LA to NY. This year, the transcontinental race organized and promoted by the ultramarathon runner Serge Girard in order to revive the legend of the first footrace ever organized across the U.S. Ever since the pioneers set foot on American soil, crossing the continent has been a dream for many and has fascinated the collective imagination. Only 244 athletes have ever crossed the entire United States and 124 runners finished a race across the Continent.

Alex Bellini is no stranger to taking on extreme size challenges. On foot, he has run 260 km through the Moroccan desert, 1400 km crossing Alaska on foot with a small sled. He has also accomplished a solo rowing journey through the Atlantic Ocean in 226 days and his latest adventure, the one that marked his entrance in the nautical history: the successful and longest solo crossing of the Pacific Ocean on a rowing boat after a trip of 18,000 km and 294 days spent alone in the open sea.

"I am very excited to see the U.S. from such an original point of view", says adventure seeker, Alex Bellini. "I have visited the east and west coast, but have never seen its interior. After rowing across the Atlantic and the Pacific Ocean, I am excited to connect the two oceans by land."

Alex has been training for the LA-NY Footrace 2011 for 10 months and has a team that provides a great deal of support. His primary team consists of his Team Manager/Training and Breathing Coach, Max Damioli. Also, Natureopath/Metabolist Health Coach Luca Saccagno along with his wife Francesca, who coordinates the schedule, handles his press office and sponsor relations and admits to being his number one fan. He has a full support team from Italy including a personal trainer, a Professor from University of Verona who provides scientific equipment for anthropometric assessment, an Osteopath, a nutritionist and a world leading hypnosis coach.

"A race of this nature has an endless amount of thing to consider, such as physical, metabolic, psychological, environmental, logistical and organizational factors", states Max Damioli. "Alex is a very intelligent athlete who is trained, educated, inquisitive, studious, disciplined and actively participates in both his physical and psychological preparation", adds Luca Saccagno. He has the gift of knowing how to listen and how to trust."

Alex's daily schedule throughout the 70 day race period will consist of a daily wake up time at 3:00 AM, breakfast, pre-race massage, breathing, weighing, running until around 4:45pm each day, rehydration exercise, post-running massage, dinner, cool down activities, breathing and sleep by 7:00 PM. The team's overall goal is to have Alex arrive in NYC on day 70 healthy and his body nutritionally fulfilled and ready to resume to his everyday life. The team's mission is to be the world's first scientific statement and create a benchmark for worldwide endurance races that demonstrate a perfect combination of physiology, health and nature, demonstrating performance enhancing drugs are not necessary.

The race route will go across the extreme hot temperatures of the desert of Nevada and the cold of New Mexico. It will descend to the expanses of Oklahoma, move along Missouri with its rivers, cross Mississippi and Illinois to Pennsylvania and finally reach New York City. Alex adds, "Since the moment I decided to be a part of this amazing adventure, I knew it would be tough. There will be good days, easy runs, but also bad days where I will want to run away, literally. This is life! The first 20 days, running through the desert will be extremely tough, then the race will become, kind of, easier. I just hope to arrive at the finish line in a healthy state with unforgettable memories and going back to my regular life with my family, which may be grown by one with the expectancy of my second daughter in August."

Jeep is Team Bellini's main sponsor with Garmin, Kodak, Salomon, Oakley and Gore running gear as supporting sponsors. Jeep will provide a vehicle for the support crew to travel across the U.S. while capturing video and still shots. Jeep will have regular updates at www.Jeep-People.com . Jeep's new portal will be online on June 17th, exactly 70 hours before the start of the trans-American challenge and it will follow the daily performance of Alex Bellini by providing updates on the various stages of the race through videos and photo-galleries. For additional information on Alex Bellini, visit www.AlexBellini.it.

If you would like more information on this topic, still images, b-roll video or to schedule an interview or appearance with Alex, please contact:

Media Contact: BurnsGroup Unlimited

Representatives for Team Bellini: *Jennifer Burns 310-993-9494 JBMediaDirector@gmail.com or Barbara Burns burnsgroup@aol.com.

FAQ, THE MOST FREQUENTLY ASKED QUESTIONS

Over the past years I have met a great number of people who were intrigued by my "extravagant" activities. Each one had many questions. Curious, original, bizarre, but never trivial.

The answers to many of those questions often seem obvious to me, since I am directly involved, but it is my duty to satisfy your curiosity. Therefore, here are the answers to the most frequently asked questions.

1. Why do you do it?

Why do you do it? I've never been able to really find a complete answer to this question, but why should I even try to answer?

It's a matter of emotions so it's always hard to express. I do it because it makes me feel good, it makes me feel 100% alive and involved in a way I can't otherwise do on land. I do it because for me it's extremely easy to do what seems extremely hard for others to even imagine. And, after all, the journey is the reward!

2. Why alone?

Alone, because I think it the safest way. Isn't that paradoxical? In certain difficult situations people react unpredictably - sometimes we even surprise ourselves. I think that no matter how well you get to know someone, you can never know, except for exceptions, how he will react in a critical situation and when the closest land is a few thousand miles away an argument, a discouragement crisis, different goals or motivations can be heavy as a boulder, jeopardizing the safety and survival of who is on board.

I also think that such a long experience of solitude is the best way to learn to know yourself.

3. Is it dangerous?

I really don't know how to answer this question. It sure is. In the Ocean any minor lack of attention, such as leaving the porthole open, taking a longer nap than appropriate, bumping my head or spraining a shoulder or wrist can ruin all my effort besides endangering myself. While crossing the Atlantic I often thought how easy it would be to turn it into a failure and, on account of minor things, I sometimes came close.

So concentration is very important and makes me like every moment without getting distracted - and that's part of the fun. It's living every second 100%.

4. Are you ever afraid?

Fear is always with me every day of the crossing. It's that kind of fear that doesn't freeze me, but rather makes me keep my eyes open. I must add that any times things go really bad, I'm so concentrated on "surviving" that I don't have time to be afraid!

5. Are you ever lonely and/or homesick?

While crossing the Atlantic I remember having gone through different phases. During the first 30-40 day period homesickness and loneliness were always with me, like a condor hovering over my head.

Going far away from land, from my friends, from comfort was very hard and even if I was so far away I felt as if I still had one foot on the ground, holding tight.

In the second phase, lasting till arrival, my sense of being somewhat connected to land slowly disappeared (obviously physically but also psychologically) so much that at a certain point I had almost completely lost interest in what I had left behind.

This crossing will be different, since in July I got married, tying my life to that of another person and I am sure that although I will be thousands of kilometers away from her, I will always feel her close to me.

6. Do you ever communicate with land?

Most communication with land is for necessary communication with my team, through my satellite telephone. For an expedition like rowing the Pacific it is necessary to have a support team to rely on, working on supporting me in a number of fields.

Among my team members there are two people, Roger and Stefano, with whom I am in contact daily and they routinely send me weather and routing information by SMS or email.

7. What do you eat?

Eating is a very important aspect, not to be underestimated, because it is my fuel. My diet is based on freeze dried food that besides being light and small and long lasting, ensure a proper amount of calories. Then I also have a large quantity of energy bars that replace meals and many high calorie foods. Fishing fresh fish is a welcome addition to this fare.

8. How do you get water?

Regarding water to drink, I obviously can't carry all the water I will need, for a matter of space and weight.

I will be using a reverse osmosis water maker to make drinking water from sea water. It is powered by the movement of my rowing seat and can provide up to 5 liters per hour of operation. And I also have an identical spare unit.

And any rain is welcome!

9. What happens when you go to sleep?

When I go to sleep the boat just drifts. That is the biggest disadvantage of being alone. When I sleep my AIS system is on guard to alert me of any approaching ships. Collision is a major danger particularly in certain areas where there may be traffic. The AIS system receives the position of ships in a 20 mile radius and broadcasts my position to them.

10. How do you "go to the bathroom"?

Very simple: I take a bucket, I put a couple of inches of water in it and I do all I have to do! When I've finished I throw it all overboard. In the Atlantic I saw that the fish love it!

Sei in [Home](#) » [TERRA](#)

TERRA



Dalle lande gelate dell'Alaska, al deserto del Marocco fino ad arrivare all'asfalto rovente degli Stati Uniti.

Alex, nella sua attività di sportivo estremo, ha scelto anche la **TERRA** tra gli elementi attraverso cui esplorare se stesso.

E in fondo, la strada, è fatta proprio per farci girare il mondo.

[LA-NY FOOTRACE](#)

[ALASKA ULTRASPORT](#)

[MARATHON DES SABLES](#)

LA-NY FOOTRACE 2011

Una corsa da Los Angeles a New York, 5200 km, 70 giorni. Un po' come Forrest Gump, un po' come qualsiasi pellegrino sulla propria Strada, perché in fin dei conti la strada è fatta proprio per farci girare il mondo.

16 concorrenti alla partenza provenienti da 6 paesi. Solo 8 all'arrivo, stremati come superstiti dopo un naufragio, soddisfatti come se fossero tutti vincitori.

Quella conclusa a New York il 27 agosto dopo 768 ore di corsa, non è stata solo una competizione durissima che ha portato il corpo degli atleti in gara al limite della sopportazione, ma anche e soprattutto un viaggio attraverso un continente che cambia e che non è mai come ce lo fanno credere.

Per leggere tutti i post inviati giornalmente dal reporter Mauro Talamonti visitare il sito www.jeep-people.com.

Sua è anche la mostra fotografica "4 chilometri" esposta nel mese di ottobre presso il Mirafiori Motor Village di Torino riscuotendo enorme successo.

Qui vi presentiamo il catalogo.



In diretta - Live

Team

Partner



Calendario / Calendar

<< Dicembre 2011 >>

L	M	M	G	X	S	D
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



Focus on »

Su multimedia alcuni video della preparazione alla LA-NY FOOTRACE 2011

Segui Alex su:



I libri / Books »



Newsletter »

Iscriviti alla nostra newsletter

Sei in [Home](#) » Podcast

Podcast

 **Onnipotenza: ascolta il brano tratto dal libro di Alex**

Brano interpretato da Luisella Berrino, voce storica di Radio Monte Carlo

 **RADIO 24** 19/06/2011



In diretta da Los Angeles il giorno della partenza della LA-NY FOOTRACE 2011 Alex Bellini immortalato mentre dialoga con Federico Taddia durante la trasmissione MINE VAGANTI. Segui Alex tutte le domeniche alle 18:30.

 **Caterpillar Radio2**



Con Massimo Cirri e Filippo Solibello. A cura di Renzo Ceresa. Ascolta le interviste ad Alex con Caterpillar

 **RMC** 21 AGOSTO 2010



25 ottobre 2010 RMC - BlogSport
Alex Bellini ospite di Music & Sports negli studi di RMC

21 agosto 2010 RMC - BlogSport
Le firme del giornalismo sportivo italiano commentano in tempo reale. Intervista di Stefano Bragatto ad Alex. Per ascoltare [clicca qui](#).



 **5CERCHI.TV** 17 SETTEMBRE 20

[Guarda l'intervista ad Alex Bellini sul sito di cinquecerchi.tv clicca qui per vedere il video](#)



Ascolta l'intervento di Alex a Radio3 Fahrenheit del 16 luglio 2010. [Clicca qui](#) per collegarti al sito di Fahrenheit e riascoltare l'intervista di Alex.



Ascoltate l'intervista di Alex sulla RSI in occasione della sua partecipazione a LetterAltura 2009 di Verbania.

All right reserved. Copyright © Alex Bellini

[Home](#) | [Alex Bellini](#) | [News](#) | [Contatti](#) | [Rassegna stampa](#) | [Comunicati stampa](#) | [Eventi](#) | [English](#) | [Crediti](#) |



In diretta - Live

Team

Partner



Calendario / Calendar

<< Dicembre 2011 >>

L	M	M	G	X	S	D
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Focus on »
www.runnersworld.it

Segui Alex su:



I libri / Books »



Newsletter »

Iscriviti alla nostra newsletter

Sei in [Home](#) » Video

Video

prova

ASCOLTA BRANO "IL VIAGGIO"

Tratto dal libro "Il Pacifico a remi". Voce di Luisella Berrino, Radio Monte Carlo

ASCOLTA BRANO "ANDIAMO!"

Tratto dal libro "Il Pacifico a remi". Voce di Luisella Berrino, Radio Monte Carlo

ASCOLTA BRANO "LA SOLITUDINE"

Tratto dal libro "Il Pacifico a remi". Voce di Luisella Berrino, Radio Monte Carlo.

ASCOLTA BRANO "ONNIPOTENZA"

Tratto dal libro "Il Pacifico a remi". Voce di Luisella Berrino, Radio Monte Carlo.

ASCOLTA BRANO "L' OSCURITA' "

Tratto dal libro "Il Pacifico a remi". Voce di Luisella Berrino, Radio Monte Carlo

LA-NY FOOTRACE STAGE 46 03-08-2011

STAGE 46 - Hermann - Bowling Green km di tappa 88, km totali 3269

LA-NY FOOTRACE STAGE 45 02-08-2011

STAGE 45 - Owensville - Herman Km di tappa 48, km totali 3181

LA-NY FOOTRACE STAGE 44 01-08-2011

STAGE 44 - St James - Owensville km di tappa 45, km totali 3133

LA-NY FOOTRACE STAGE 43 31-07-2011

STAGE 43 - St Robert - St James km di tappa 66, km totali 3088

LA-NY FOOTRACE STAGE 42 30-07-2011

STAGE 42 - Philipsburg - St Robert km di tappa 77, km totali 3021

LA-NY FOOTRACE STAGE 41 29-07-2011

STAGE 41 - Springfield - Philipsburg km di tappa 77, km totali 2944

LA-NY FOOTRACE STAGE 40 28-07-2011

STAGE 40 - Carthage - Springfield km di tappa 86, km totali 2867

LA-NY FOOTRACE STAGE 39 27-07-2011

STAGE 39 - Miami - Carthage km di tappa 76, km totali 2781

LA-NY FOOTRACE STAGE 38 26-07-2011

STAGE 38 - Vinita - Miami km di tappa 52, km totali 2075

LA-NY FOOTRACE STAGE 37 25-07-2011

STAGE 37 - Oolagah - Vinita km di tappa 78, km totali 2656

LA-NY FOOTRACE STAGE 36 24-07-2011

STAGE 36 - Pawhuska - Olagah km di tappa 77, km totali 2587

LA-NY FOOTRACE STAGE 35 23-07-2011

STAGE 35 - Ponca City - Pawhuska km di tappa 69, km totali 2509

LA-NY FOOTRACE STAGE 34 22-07-2011

STAGE 34 - Medford - Ponca City km di tappa 69, km totali 2240

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 33](#) 21-07-2011

STAGE 33 - Alva - Medford
km di tappa 83, km totali 2371

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 32](#) 20-07-2011

STAGE 32 - Crossing Hwy 64/N1980 - Alva km di tappa 76, km totali 2288

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 31](#) 19-07-2011

STAGE 31 - Hwy Crossing 412/283 - Crossing Hwy 64/N1980 km di tappa 59, km totali 2212

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 30](#) 18-07-2011

STAGE 30 - Balko school - Hwy Crossing 412/283 km di tappa 74, km totali 2153

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 29](#) 17-07-2011

STAGE 29 - Guymon - Balko School km di tappa 78, km totali 2078

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 28](#) 16-07-2011

STAGE 28 - Boise City - Guymon km di tappa 90, km totali 2000

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 26](#) 14-07-2011

STAGE 26 - Point of Rocks Rest Area - Clayton km di tappa 95, km totali 1838

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 25](#) 13-07-2011

STAGE 25 - Cimarron - Point of Rocks Rest Area km di tappa 78,4 km totali, km totali 1743

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 24](#) 12-07-2011

STAGE 24 - Palo Flechado Pass - Cimarron km di tappa 59, km totali 1665

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 23](#) 11-07-2011

STAGE 23 - Velarde - Palo Flechado Pass km di tappa 75, km totali 1605

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 22](#) 10-07-2011

STAGE 22 - Abiquiu lake - Velarde km di tappa 60, km totali 1529

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 21](#) 09-07-2011

STAGE 21 - Cuba - Abiquiu Lake km di tappa 82, km totali 1470

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 20](#) 08-07-2011

STAGE 20 - Pueblo Pintado - Cuba km di tappa 77, km totali 1389

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 19](#) 07-07-2011

STAGE 19 - Crownpoint - Pueblo Pintado km di tappa 73, km totali 1311

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 18](#) 06-07-2011

STAGE 18 - Gas Station on Rd 491 - Crownpoint km di tappa 71, km totali 1238

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 17](#) 05-07-2011

STAGE 17 - Kinlichee - Gas Station on Rd 491 km di tappa 68, km totali 1168

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 16](#) 04-07-2011

STAGE 16 - Indian Wells - Kinlichee km di tappa 78, km totali 1100

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 15](#) 03-07-2011

STAGE 15 - Birdspring - Indian Wells km di tappa 66, km totali 1021

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 14](#) 02-07-2011

STAGE 14 - Flagstaff - Birdspring km di tappa 85, km totali 955

 [LA-NY FOOTRACE STAGE 13](#) 01-07-2011

STAGE 13 - Williams - Flagstaff km di tappa 68, km totali 870

30-06-2011

 **LA-NY FOOTRACE STAGE12**

STAGE 12 - Ash Fork - Williams km di tappa 49, km totali 802

 **LA-NY FOOTRACE STAGE11**

29-06-2011

STAGE 11 - Seligman - Ash Fork km di tappa 49, km totali 753

 **LA-NY FOOTRACE STAGE10**

28-06-2011

STAGE 10 Truxton - Seligman km di tappa 73, km totali 704

 **LA-NY FOOTRACE STAGE9**

27-06-2011

STAGE 9 - Kingman - Truxton km di tappa 68, km totali 631

 **LA-NY FOOTRACE STAGE8**

26-06-2011

STAGE 8 - Needles - Kingman km di tappa 82, km totali 563

 **LA-NY FOOTRACE STAGE7**

25-06-2011

STAGE 7 - Fenner - Needles km di tappa 64, km totali 482

 **LA-NY FOOTRACE STAGE6**

24-06-2011

STAGE 6 - Amboy - Fenner km di tappa 64, km totali 417

 **LA-NY FOOTRACE STAGE5**

23-06-2011

STAGE 5 - Ludlow - Amboy km di tappa 45, km totali 353

 **LA-NY FOOTRACE STAGE4**

22-06-2011

STAGE 4 - Barstow - Ludlow km di tappa 82, km totali 309

 **Huntington Beach California - al via la LA-NY FOOTRACE 2011**

19/06/2011

LA PARTENZA DI ALEX Los Angeles 19 giugno 2011 - Huntington Beach California - al via la LA-NY FOOTRACE 2011

 **intervista al TEAM di ALEX il giorno della partenza da Huntington Beach CA per la LA-NY FOOTRACE**

19/06/2011

intervista a Max Damoli - Team leader e a Simone Bortolotti - Preparatore atletico di Alex

 **Los Angeles - 7 giorni alla partenza della LA-NY FOOTRACE**

13-06-2011

Alex Bellini durante uno dei suoi primi allenamenti pochi giorni prima della partenza della L.A. - N.Y. footrace 2011. 5000 km di corsa da costa a costa, 70 giorni, 70 tappe.

 **Trailer "ONDE"**

09-07-2010

In anteprima il trailer del nuovo documentario sulle imprese di Alex Bellini in vendita a partire da settembre.

Per maggiori informazioni scrivete a:

ufficiostampa@alexbellini.it

 **VIDEOCLIP TRAVERSATA DEL PACIFICO**

Tre minuti nel Pacifico con Alex

 **ARRIVO A SYDNEY**

Intervista ad Alex di Marco Lucchi SBS TV Sydney - 14 dicembre 2008

 **ALEX DEGLI OCEANI**

OTTOBRE 2007 - Intervista ad Alex realizzata da Andrea Covre per TG3 FVG.



 **Alex Bellini intervista Club de Regatas 21 febbraio 2008**

21 FEBBRAIO 2008 - Intervista ad Alex al Club de Regattas di Lima poche ore prima della partenza per la traversata dell'oceano Pacifico

Sei in [Home](#) » Rassegna stampa

Rassegna stampa

Sono davvero rari i casi in cui ciò che faccio passa inosservato. Le mie attività hanno sempre suscitato interesse. È possibile leggere cosa dicono cliccando sull'icona PDF.

Titolo	Data	Testata	Vedi
 Rassegna Stampa Alex Bellini LA-NY 2011	giu/sett. 2011	raccolta stampa	



*Rassegna stampa
maggio/settembre 2011*

SLALOM
Comunicazione & Relazioni Pubbliche

Home

«Il coast to coast a piedi? Tutti possono farcela...»

CUORE E TECNOLOGIA. Lo segue uno staff dell'università scaligera. Inizia il count down per Alex Bellini, che il 19 giugno scatterà da Los Angeles per raggiungere, in 70 tappe, New York: «Non c'è nulla di impossibile: basta volerlo»

31/05/2011

- A +



Verona. Lo guardi negli occhi e capisci che non è uno come tanti.

Non potrebbe mai esserlo, dopo aver attraversato un oceano in barca a remi o corso per 250 chilometri nel deserto del Sahara. Senza dimenticare l'avventura in Alaska e tante altre esperienze al limite.

È difficile definirlo, Alex Bellini, personaggio incredibile con la passione per le sfide impossibili. O non proprio impossibili, perché se le definisci così rischi di farlo arrabbiare, visto tutti, a suo dire, possono affrontarle se hanno abbastanza cuore, volontà, soprattutto motivazioni.

La sua prossima avventura in tutti i casi sarà un'altra di quelle da ricordare: attraversare gli Stati Uniti correndo per cinquemila chilometri da Los Angeles a New York in 70 tappe, 70 giorni di fila con una media di 74 km percorsi ogni giornata. Si parte il 19 giugno.

Alex, originario della Valtellina ma ormai veronese d'adozione visto che vive a Gazzolo, frazione di Arcole vicino a San Bonifacio, dove esercita la sua professione di pilota di mongolfiere. Niente di troppo... normale quindi nella sua vita, che lo ha fatto diventare anche apprezzato speaker motivazionale oltre che autore di libri di successo. Con sempre nuove idee e una ricerca continua di qualcosa che forse è troppo difficile da spiegare. «Credo che ognuno di noi potrebbe attraversare un oceano a remi o realizzare imprese ancora più eccezionali», sorride, «a patto che ognuno abbia un buon motivo, una forte motivazione per farlo. Ogni uomo ha un pozzo inesauribile di motivazione a propria disposizione da cui attingere forza e coraggio, bisogna permettere a noi stessi di esplorarlo».

Pensieri che lo spingono lontano. Dal gelo dell'Alaska al sole terribile del deserto, dagli oceani all'idea di scoprire gli Stati Uniti correndo ogni giorno per più di 70 chilometri per 70 giorni di fila. «È un'altra occasione che mi dà la vita per scoprire me stesso, so che sarà dura ma non posso avere rimpianti, magari tra qualche anno pensando a quello che potevo fare e non ho fatto», spiega mentre gli applicano strane apparecchiature per monitorarne la condizione fisica. Alex Bellini è seguito dalla facoltà di scienze motorie dell'Università di Verona da uno staff composto dai professori Capelli e Schena oltre a Davide Conte e Luca Ardigò che seguono atleti nelle maratone ma anche in avventure al limite come questa.

Avventure magari non così estreme come quella di Bellini, resa ancora più affascinante dal fatto di non essere un corridore di professione. «Sì, Alex non è un runner», spiega il preparatore atletico Simone Bortolotti, laureato proprio alla facoltà scaligera. «Sicuramente ha una buona base aerobica ma è la capacità mentale che fa la differenza. È incredibile. Il suo sforzo oscillerà tra le 7 e le 10 ore al giorno, alternando corsa e camminata con un dispendio calorico di circa 8-9 mila calorie, ma la vera gara inizierà dopo ogni prestazione, cercando un recupero efficace per portare a termine i 70 giorni consecutivi».

Dati incredibili. Ovvio chiedersi chi glielo fa fare. «Credo di essere nato per fare questo, per andare sempre alla ricerca di me stesso con esperienze nuove. Ogni volta che concludo un'impresa», racconta Bellini, «torno a casa migliorato, sono più saggio di prima e questo è il comune denominatore di tutto quello che faccio».

Non contano i soldi - tra l'altro la corsa attraverso gli Stati Uniti sarà autofinanziata - ma la passione e la voglia di spingersi sempre oltre. Il pensiero corre alla splendida interpretazione di Tom Hanks in «Forrest Gump», con l'incredibile protagonista e le sue interminabili corse tra gli States con la gente pronta a spingerlo e ad incitarlo di continuo.

«Sarà bello se ci saranno tante persone lungo il percorso, anche se le più importanti resteranno a casa ad aspettarmi. Penso a mia moglie e al nostro prossimo bambino. Per lasciarli ci vorrà uno sforzo mentale incredibile ma io devo fare questa corsa. Non sono un superman, sono una persona normale», chiude, «e il mondo ha bisogno di persone normali che fanno, che ci provano. E magari cadono e falliscono, come è successo anche a me in passato, ma che quando cadono si rialzano. E poi ci provano ancora».

Luca Mazzara

Mi piace Invia Piace a 2 persone.



Il «Forrest Gump» di Arcole con lo staff della facoltà di Scienze motorie dell'Università di Verona

PUBBLICITÀ

PARTECIPA AL CONCORSO

LUXURY IS A RIGHT

CONDIVIDI LA TUA IDEA DI LUSO
E VINCI LA NUOVA LANCIA YPSILON

PIÙ VISTI

1. «Romeo» Di Caprio compra casa in ...
2. Nubifragio, città e provincia allagate
3. L'Hellas vola in finale Ora c'è ...
4. Maiore in bici, tragedia evitata Salvato ...

Annunci PPN

L'unione fa l'affare!
Sconti a Milano fino al 90%
Approfittane subito!
www.painx.it/Milano

Mondo Bike di Sportier
Tutto il necessario per la tua estate in bici
www.sportier.com

Scholl su BuyVip
Da sempre scarpe comode e innovative, scontate e con 12 euro per te
www.buyvip.it

Paura del Tagliando Auto?
Risparmia e mantieni la garanzia del costruttore con MIDAS.
www.midas.it

YAMAHAHOUSE
International Living
VERONA



08

GIU 11

Alex Bellini, 5 mila km di corsa da Los Angeles a New York



A me, che non sono una donna, più degli occhi azzurri di Alex Bellini hanno colpito le mani. Grandi ed energiche e non potrebbe essere altrimenti. Già perchè io di questo trentatreenne valtellinese dell'Aprica che ha già firmato una serie di imprese incredibili ricordo soprattutto le due traversate in solitario degli Oceani su una barchetta a remi. E per remare oltre che cuore, gambe e tanta testa ci vogliono mani d'acciaio. Così oggi, mentre annunciava la sua ennesima sfida, lo guardavo in faccia e ho continuato a chiedermi come abbia fatto. Più di 250 giorni in

0

Tweet

mezzo all'Oceano da solo, prima da Genova a Fortaleza in Brasile e poi, non soddisfatto, da Lima in Perù a Sydney in Australia. Nell'infinito del mare tra onde alte come villette, tempeste, bonacce e anche un naufragio quando si è schiantato sugli scogli a Formentera. Ma questo è il passato. Il presente sono 5mila chilometri di corsa, 74 al giorno per 70 tappe da Los Angeles a New York. Quasi due maratone ogni 24ore, ogni giorno per due mesi e mezzo, senza tregua dal prossimo 19 giugno al 27 agosto. Non so come si possa fare. Non riesco neppure ad immaginarmelo. Lui sì: "Perchè voglio essere il regista della mia vita- ha detto Alex ieri presentando la sua Lanyfootrace- Perchè sono stufo di guardarmi intono e vedere che in troppi fanno vite rassegnate. Perchè quando a Milano studiavo scienze bancarie ho capito che non era quella la mia strada. E perchè conosco bene le due coste americane e ora è giunto il momento di scoprire cosa ci sta in mezzo. Un'impresa estrema che richiede coraggio? Diciamo che è impegnativa e che ci vuole sicuramente più coraggio a lavorare in una fonderia...>. Settanta per settanta per settanta. E cioè 70 chilometri al giorno, per 70 giorni e 70 tappe per un totale di 5mila chilometri attraversando 15 Stati e un paio di deserti. Questa volta Alex Bellini non sarà solo come sulla sua barchetta rossa. Ad affiancarlo un staff tecnico e medico che cercherà di mantenere in equilibrio il suo corpo e la sua mente, di alimentarlo nel modo perfetto per consentirgli di recuperare quelle 5mila calorie che consumerà ogni giorno e cercherà di documentare minuto per minuto sul sito di Jeep (www.jeep-people.com) la sua impresa. "Che più che un'impresa- spiega Bellini- sarà un viaggio, un'avventura verso un qualcosa che non conosco e che mi affascina. Un po' come quando ero piccolo quando all'Aprica mio padre mi tracciava i sentieri e io andavo. E un po' come quando sono partito da Genova per sfidare con una barca a remi l'Oceano e mi guardavano tutti come se fosse l'ultima volta...". Tutti tranne una, sua moglie Francesca che ad agosto darà alla luce il loro secondo figlio: "Paura per quello che fa Alex? No, nessuna. Primo perchè mi fido e secondo perchè ci si sceglie...".

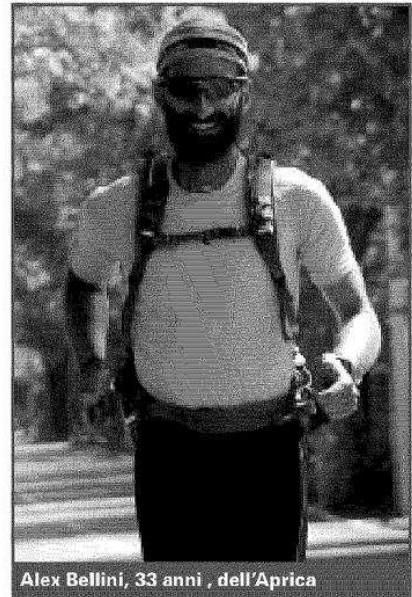
SPORT ESTREMI Il valtellinese dopo la traversata a remi degli Oceani affronta la maratona più dura del mondo

Bellini: «Meglio correre che la fonderia»

→ È più estremo decidere di partecipare alla LA-NY Footrace 2011 oppure pensare di andare a lavorare ogni mattina in fonderia per 35 anni? Non rivolgete questa domanda ad **Alex Bellini** anche perché è stato lui a rivolgere a chi gli chiedeva il perché stesse per 'imbarcarsi', lui che non è neppure un runner, nella più dura corsa al mondo: 5.000 chilometri da Los Angeles, California, fino a New York da percorrere in 70 tappe, per 70 giorni e 70 km di media al giorno. Del resto l'estremo, per questo valtellinese 33enne, è pane quotidiano da quando nel 2004 decise che per lui, nato all'Aprica tra le montagne, era arrivato il momento di affrontare gli oceani. Non è che ci sia riuscito subito. Prima di diventare il primo uomo ad attraversare in solitaria a remi il mar Mediterraneo e l'oceano Atlantico è naufragato due volte: la prima appena uscito dal porto di Genova, la seconda a Formentera e lì ha rischiato la vita. «Ma non mi sono fermato. È difficile spiegarlo ma in quel momento ho capito che ero più vicino all'obiettivo», ha raccontato Bellini che poi ha attraversato anche il Pacifico restando 294 giorni da solo in mare aperto. Adesso l'obiettivo è molto più estremo. Alla corsa, organizzata da **Serge Girard**, potevano iscriversi in trenta. Lo hanno fatto in ventidue e

sette si sono già ritirati prima della partenza. «Pensiamo che almeno il 20-30% dei partecipanti si ritirino nei primi giorni», confessa **Simone Bortolotti**, il preparatore atletico del team guidato da **Max Damioli** che lo sta seguendo nell'impresa di cui fanno parte un nutrizionista, un health coach, un fisioterapista, un esperto di scienza antropometrica e **Beppe Vercelli**, lo psicologo dello sport che ha seguito gli sciatori azzurri. Quest'impresa di **Alex Bellini**, al contrario della prima, avrà tanti sponsor e verrà raccontata, come la prima, attraverso il web nel sito www.jeep-people.com e nel sito dello stesso Alex giorno per giorno. «Vivo e corro da mesi per vedere cosa c'è tra una costa e l'altra degli States. Voglio coniugare l'aspetto sportivo alla dimensione del viaggio. Voglio perdermi e ritrovarmi», ha spiegato puntando addosso alla gente i suoi occhi azzurri intenso. L'unico dubbio, già risolto, quello di non poter vedere nascere la sua seconda figlia: Margherita che verrà alla luce intorno al 20 agosto. Alex partirà il 19 giugno per arrivare (forse) a destinazione il 25 agosto. «Non sarò il migliore dei padri ma voglio che le mie figlie (la prima ha 18 mesi, ndr) sappiano che tutti devono essere pronti a realizzare i propri sogni».

Mariella Caruso



Alex Bellini, 33 anni, dell'Aprica



LE ALTRE GALLERIE DI MOTORI



Auto moderne, sosia del passato



Toyota presenta i nuovi modelli umani virtuali per i crash test



Raduno nazionale Honda DN-01



Mazda MX-5, raduno dei record



Jeep con Bellini alla Los Angeles Footrace



Il gelataio anfibia



Jeep sposa **Alex Bellini** nella sua nuova sfida: percorrere 5.000 km di corsa attraverso gli Stati Uniti. **Alex Bellini** parteciperà alla LA-NY Footrace 2011, la ultramaratona transamericana che si svolgerà da Los Angeles a New York in 70 giorni, per 70 tappe da 70 km di percorrenza al giorno attraverso quindici stati USA. L'impresa di un atleta unico che a fianco di un Jeep Wrangler.

Crociere Scontate -70% La Tua Crociera Scontata al 70% La tua Opportunita'. Let's Travel. letsbonus.com/Crociere
Pacchetti vacanze -70% Prenota oggi e parti quando vuoi -70% con i nostri Coupon! www.GROUPON.it/Viaggi
barca a vela in Croazia stupendo 16 metri nuovo ed elegante transfer semplice imbarco Slovenia www.sloop50.com

Non ancora membro?
Proponi il tuo blog

Magazine Sport

Forum Giochi

HOME > SPORT

Dagli Oceani agli States coast to coast... a piedi in 70 giorni. La nuova sfida di Alex Bellini

Creato il 09 giugno 2011 da [Mariellacaruso](#)



E' più estremo decidere di partecipare alla LA-NY Footrace 2011 oppure pensare di andare a lavorare ogni mattina in fonderia per 35 anni? Non rivolgete questa domanda ad Alex Bellini anche perché è stato lui a farla a chi gli chiedeva il perché stesse per 'imbarcarsi', lui che non è neppure un runner, nella più dura corsa al mondo: 5.000 chilometri da **Los Angeles**, California, fino a New York da percorrere in 70 tappe, per 70 giorni e 70 di media al giorno.

Del resto l'estremo, per questo valtellinese 33enne, è pane quotidiano da quando nel 2004 decise che per lui, nato all'Aprica tra le montagne, era arrivato il momento di affrontare il mare, anzi gli oceani. Non è che ci sia riuscito subito. Prima di diventare il primo uomo ad attraversare in solitaria a remi il mar Mediterraneo e l'oceano Atlantico è naufragato due volte: la prima appena uscito dal porto di **Genova**, la seconda a Formentera e lì ha rischiato la vita. «Ma non mi sono fermato. E' difficile spiegarlo ma in quel momento ho capito che ero più vicino all'obiettivo», ha raccontato Bellini che poi ha anche attraversato il Pacifico restando 294 giorni da solo in mare aperto.

Adesso l'obiettivo di Alex è molto più estremo. Alla corsa, organizzata da **Serge Girard**, potevano iscriversi in trenta. Lo hanno fatto in ventidue e sette si sono già ritirati. «Pensiamo che almeno il 20-30% dei partecipanti gettino la spugna nei primi giorni di gara», confessa Simone Bortolotti, il preparatore atletico del team guidato da Max Damioli che lo sta seguendo nell'impresa di cui fanno parte un nutrizionista, un health coach, un fisioterapista, un esperto di scienza antropometrica e Beppe Vercelli, lo psicologo dello sport che ha seguito gli sciatori azzurri.

Quest'impresa di Alex Bellini, al contrario della prima, avrà tanti sponsor a partire dal marchio Jeep e verrà raccontata, come la prima, attraverso il web nel sito www.jeep-people.com (che sarà attivo, tanto per restare in tema, a 70 ore dalla partenza) e nel sito dello stesso **Alex** giorno per giorno. «Vivo e corro da mesi per vedere cosa c'è tra una costa e l'altra degli States. Voglio coniugare l'aspetto sportivo alla dimensione del viaggio. Voglio perdersi e ritrovarmi», ha spiegato puntando addosso alla gente i suoi occhi azzurri intenso.

L'unico rimpianto è che la sua Francesca che avrebbe dovuto partire con lui dovrà restare in Italia perché fra poco renderà padre Alex per la seconda volta. Il dubbio di Alex, già risolto, è stato quello di non poter vedere nascere la sua seconda figlia, Margherita, che verrà alla luce intorno al 20 agosto visto che Alex partirà il 19 giugno per arrivare (forse) a destinazione il 25 agosto. «Non sarò il migliore dei padri ma voglio che le mie figlie (la prima ha 18 mesi e si chiama **Sofia**, ndr) sappiano che tutti devono essere pronti a realizzare i propri sogni».

Selezionati da Paperblog

Vota

Vedi articolo originale

Segnala un abuso

A proposito dell'autore

[Mariellacaruso](#)

2 voti

I suoi ultimi articoli

Leo Lo Bianco come Abidal. La 'stakanovista' azzurra vince la sua battaglia e alza la Coppa del Campionato

Leo Lo Bianco come Abidal. La 'stakanovista' azzurra vince la sua battaglia e alza la Coppa del Campionato

La rivoluzione del divertimento della 'Giovane Italia'

Travica: «Io leader? Ho ancora tanta strada da fare»

Vedi tutti

Annunci Google

Genova da 35 euro a notte

Nuovissimo Hotel in centro vicino stazione acquario porto traghetti

www.HotelNuovoNord.com

Vacanza in barca a Vela

Croazia in barca a vela 7 giorni con formula tutto incluso da € 400

www.velafriends.com

Denti perfetti

Nuovi apparecchi invisibili al 100% 1^ Visita gratis. Preventivo online

Dentalspaitalia.com

Vela Ibiza

Velero di 15 m. per dieci persone. vacanze a Ibiza e Formentera

velaibiza-it.blogspot.com

Pulire il Bagno

Scopri Come avere un Bagno Pulito e Profumato con WC Net!

www.wc-net.com

Dossier Paperblog

Genova

Mete

Sofia

Mete

Los Angeles

Mete

Ricerca un articolo

In tutti i Magazine

REFERENDUM
noi abbiamo le idee chiare

ACQUA
NUCLEARE
LEGITTIMO IMPEDIMENTO

12 e 13 giugno
vota Sì

MESSAGGIO ELETTORALE
COMITENTE RESPONSABILE STEFANO DI TRAGLIA

Paperblog, dove l'informazione si fa partecipativa

Esperti e appassionati si esprimono
Condividi i tuoi articoli e fatti conoscere
Unisciti a noi!

Proponi il tuo blog

TEMATICHE POPOLARI

Francesca Schiavone Serena Williams
Mar Diago Marco D'Amico Mario Deletto
Cristiano Ronaldo Amauri
Honda David Beckham
Roland garros NBA Ronaldinho
Giro d'Italia Aprilia Calcio
Wimbledon **Delio Rossi** Alberto Contador
Valentino Rossi Marco Rossi
Mondiali calcio 2010 Scudetto Milan
Francesco Totti Tiago Rolando Bianchi
Giuseppe Rossi Fabiano Rafael Nadal
Matteo Ferrari Tour de France

SELEZIONE PAPERBLOG

Cara Tiziana... par SportDuepuntozero

I Movimenti del Tae Bo par Federina

Schiavone tra le grandi, volley ok, basket donne ko! par Federicomilano

RIVOLUZIONE ROMA: ARRIVA LUIS ENRIQUE, PRONTI OTTO ACQUISTI par Stefanoperr

Tutti gli articoli selezionati

I PIU' LETTI DI SPORT

Del giorno Della settimana Del mese

NBA Playoff: Dallas pareggia! da Basketcaffe

Nowitzki è virtualmente instoppabile da Basketcaffe

Ufficiale: Scariolo all'Armani Jeans Milano da Basketcaffe

L'Islam sconfitto a tavolino da Jtsumu

Tutti gli articoli

LA COMMUNITY SPORT

IL PERSONAGGIO

Alex Bellini sfida Forrest Gump fino a New York

In 70 giorni attraverserà l'America di corsa percorrendo ben cinquemila chilometri

di Cristina Favento

Da rematore oceanico a Forrest Gump, Alex Bellini il montanaro divenuto famoso in tutto il mondo per aver attraversato in solitaria l'Oceano Pacifico a remi, spicca oggi il volo per Los Angeles, da dove, il 19 giugno, avrà inizio la sua prossima avventura, sempre ai limiti dell'estremo. Si chiama Run Across America l'impegnativa sfida podistica che, come unico italiano, lo vedrà partecipare nell'attraversamento degli Stati Uniti. Ben 5 mila chilometri di corsa con destinazione New York, da raggiungere in 70 tappe, dalle frequentate strade californiane al torrido deserto del Nevada, e poi su, calcando l'asfalto americano di Ohio e Pennsylvania, fino al New Jersey e all'agognato traguardo nella Grande Mela.

Significa correre ogni giorno, per 70 giorni, con una media di circa 74 km al dì. Una vera prova di resistenza, sia fisica che mentale. Sono 21 gli intrepidi iscritti, tra cui l'ultramaratoneta Serge Girard, organizzatore e promotore dell'iniziativa. «Ci sono atleti americani, giapponesi e inglesi, tutti molto più preparati di me. Mi definisco un outsider per me è un'esperienza stimolante», racconta l'atleta, che nelle scorse settimane si è allenato anche a Trieste.

Come nasce questa nuova

impresa?

«Le ragioni sono molte ma ciò che mi muove è il desiderio di unire idealmente le due sponde del Pacifico e dell'Atlantico, un raccordo tra le mie passate imprese oceaniche, percorrendo via terra ciò che rimane. Non è la Foresta Amazzonica, ma confrontarsi con il mito della storica traversata coast to coast va altrettanto bene. È una sfida di diverso carattere ma, considerate le alte temperature e i numerosi km giornalieri, è un'avventura in piena regola».

Contrariamente al solito, niente isolamento?

«Vivo questa corsa, affrontata assieme ad altri e attraverso aree densamente popolate, non come una sfida mia, ma come un'occasione per sperimentare sulla mia pelle una serie di situazioni nuove. Una su tutte? L'ipnosi applicata allo sport. Sarà un laboratorio in cui ogni membro del mio team inserirà le proprie competenze, dall'alimentazione, che si rifà a principi cinesi, a tecniche di respiro studiate per rigenerare il corpo durante il riposo. Per me è tempo di testare ciò che il corpo e la mente umana possono fare assieme: un principio guida, soprattutto in contrapposizione a chi si ostina a correre solo con le gambe. Sono stato seguito da due psicologi dello sport - Giuseppe Vercelli e Max Damioli - per acquisire dimistichezza con alcune tecniche orientali e nell'autoinduzio-

ne di uno stato di ipnosi».

Fisicamente come si è preparato?

«Una fatica terribile! Quando mi sono messo a correre, a ottobre scorso, non sapevo a che cosa stavo andando incontro. Il mio preparatore atletico mi ha detto che sono l'unico atleta che lui abbia mai allenato partendo da zero. Abbiamo progressivamente aumentato la distanza percorsa fino a 500 km a settimana, quindi, raggiunta una forma fisica ottimale, ho ridotto il chilometraggio. Ora sto facendo passeggiate e vado molto in bici per non arrivare alla partenza sfinito».

C'è stata anche una preparazione culturale? Penso alla letteratura sportiva classica, ma anche il libro di Haruki Murakami "L'arte di correre".

«L'ho ordinato ieri in libreria seguendo il consiglio di alcuni appassionati! Negli ultimi mesi ho avuto ben poco tempo per dedicarmi alla lettura, tra famiglia e impegni professionali... Per lavoro leggo molti manuali di motivazione, ma vorrei equipaggiarmi per la corsa con audiolibri di altro genere. Molti corrono con gli auricolari ma io raramente ascolto musica, se non nei momenti di difficoltà, per poterla davvero sfruttare come spinta. Durante le traversate oceaniche ne ho sentita molta, mentre corro ascolto il corpo e le altre persone o i rumori della città e della natura che ho attorno.

Mi isolo per recuperare concentrazione».

Che difficoltà si aspetta di incontrare?

«C'è il rischio concreto di cedimento fisico strutturale di ginocchia, cartilagini o tendini. Un pericolo è anche la disidratazione perché si beve meno per disattenzione, il che provoca una drastica riduzione della qualità e del livello di performance. Naturalmente ci sarà anche molta stanchezza fisica. In una giornata tipo, mi alzerò alle 2 del mattino circa, inizierò a correre alle 5 proseguendo poi fino alle 6 di sera. Sarà impegnativo, ma sono fiducioso, mi sento pronto e in perfetta armonia, non ho bisogno di lavorare sull'aspetto motivazionale. Tutto ciò di cui ho bisogno ce l'ho».

Sua moglie sta aspettando la vostra seconda figlia, che dovrebbe nascere proprio nei giorni in cui è previsto il suo arrivo al traguardo. Come vive questa situazione?

«Non so di preciso come reagirà in quel momento il mio subconscio, dopo che avrò accumulato 60 giorni di corsa. Ecco perché avrò, nell'ultima settimana, la presenza di uno psicologo dello sport. In effetti questa è l'incognita più grande che potrebbe mettermi in crisi, altre non ne vedo».

Oltre ad essere uno spirito libero e un amante dell'avventura, lei è anche il padre di una fa-

miglia in crescita e l'imprenditore di se stesso: come gestisce il lato amministrativo ed economico delle sue grandi imprese?

«Se con mia moglie avessimo un'attività lavorativa comune, potremmo avere più certezze economiche e una base più solida per far crescere la nostra famiglia. Pur di sentirci soddisfatti del nostro lavoro, però, accettiamo l'incertezza. Questa scelta

forse non ci rende i genitori migliori perché magari ci sacrificiamo di più, ma ci sentiamo persone di valore. Battere una strada già collaudata è meno difficile che battere la propria strada. Fino ad oggi ce l'abbiamo sempre fatta, con qualche difficoltà, certo, ma le difficoltà sono il pepe della vita, perché ti fanno apprezzare i risultati che porti a casa. Non baratterei ciò che faccio per tutto l'oro al mondo.

Non confondo felicità e ricchezza. Ho una bambina di 17 mesi che presto mi farà domande sulla vita e mi spento pronto a spiegarle il mio punto di vista. Spero lo possa accogliere e attuare».

Sul suo sito ha postato il "no" al nucleare di Greenpeace. Si sente portatore di un messaggio ambientale?

«Con le mie attività sono stato spesso a contatto con ambienti naturali rimasti fortunatamente

ancora intatti e che mi piacerebbe venissero preservati. Sono un'attivista di Greenpeace e, quando posso, cerco di farlo emergere perché è l'organizzazione che più mi rappresenta. Mi piacerebbe essere un riferimento per chi non è così vicino alle tematiche ambientali perché credo che sportivi e avventurieri debbano essere portatori di messaggi. «Prediamoci cura della nostra terra, perché è un dovere» potrebbe essere il mio».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

IL RITRATTO

Tutte le avventure del "montanaro" raccontate in due libri

Nel 2009 l'Associazione medaglie d'oro al valore atletico assegna ad **Alex Bellini** il suo International Award, destinato ai campioni che hanno fatto la storia dello sport mondiale. L'anno successivo, l'Associazione nazionale atleti olimpici lo riconosce Azzurro benemerito. Conferme che

coronano una vita dedicata all'avventura e allo sport, praticato sin dall'infanzia in Valtellina, dove Bellini è nato quasi 33 anni fa. Famoso soprattutto per le traversate a remi sia dell'Oceano Pacifico che dell'Atlantico, è stato anche il primo ad attraversare in solitaria il Mediterraneo, nel 2005.

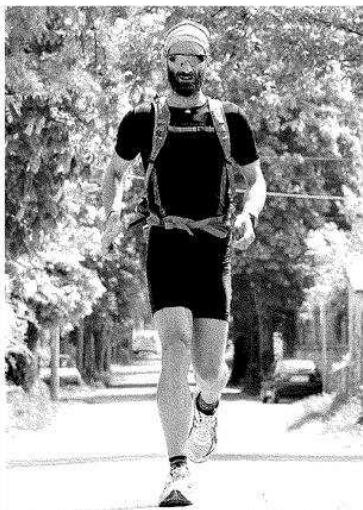
Oggi **Alex Bellini** è anche speaker motivazionale e pilota di mongolfiere (www.alexbellini.net). Ha scritto "Mi chiamavano montanaro" (2007) e "Il Pacifico a remi" (2010), editi da Longanesi, e prodotto il documentario "Onde" per sostenere la Campagna Mare di Greenpeace.



“ Voglio testare ciò che il corpo e la mente possono fare assieme. Due psicologi mi insegnano a acquisire dimestichezza con alcune tecniche orientali e con l'ipnosi

“ La mia seconda figlia nascerà quando io avrò accumulato già sessanta giorni di corsa. Non so di preciso come reagirà in quel momento il mio subconscio

“ Negli ultimi mesi ho avuto ben poco tempo per dedicarmi alla lettura, tra famiglia e impegni professionali. Però ho ordinato "L'arte di correre" di Murakami





12:24 ALTRI SPORT - Vela, Laser 4.7: Zorzi campionessa del mondo

TUTTE LE NEWS

ALTRI SPORT I

10/06/11 9:24

f condividi

La nuova avventura di Alex Bellini

Coast to coast a piedi da Los Angeles a New York in 70 giorni



Alex Bellini. Foto sito ufficiale

Sables, 280 km. nel deserto marocchino, antesignana delle corse estreme. Dopo tanto caldo, niente di meglio che una capatina all'estremo Nord, dove i gradi scendono sottozero con tranquilla costanza. Nel 2003 è al via della prima edizione dell'Alaska Ultrasport. Prova da brividi anche se coperto al massimo. Corsa a piedi in autosufficienza, trainando una slitta per nove giorni, il tempo necessario per ricoprire 600 km. L'esperienza lo stuzzica al punto che l'anno dopo si ripresenta, anche se la manifestazione propone 1400 km. che Alex conclude dopo 27 giorni a la soddisfazione di salire sul podio, terzo assoluto.

Il giovanotto sta facendosi un nome e studia anche come meglio scegliere i prossimi impegni. Trova una grande alleata nella moglie, che non solo condivide le scelte, ma rappresenta la parte diligente promozionale. Da montanaro valtellinese, trova naturale porre attenzione per un'impresa acquatica. Allestisce un'imbarcazione lunga sette metri e mezzo, trova i primi contatti per non restare isolato sul mare e raccontare l'impresa di cui è protagonista. La prima remata da Genova l'ultima a Fortaleza in Brasile dopo una traversata solitaria durata 226 giorni, passando dal Mediterraneo all'Atlantico percorrendo qualcosa come 6000 miglia. Siamo nel 2005. La permanenza a casa non è di riposo. Nel 2007 esce il primo libro: "Mi chiamavano montanaro" edito dalla Longanesi e vince il premio "Letteratura del Mare di San Felice Circeo". Confermando la poliedricità attitudinale ad ottimi livelli.

Arriva il 2008 ed è sempre l'elemento acquatico a stimolarlo. Non sempre gli arride il successo, ma le poche imprese non concluse, rappresentano la dimostrazione che non è tanto la vittoria ma l'esperienza a dare valore ad ogni tentativo. A conferma, la trasmissione radiofonica pomeridiana "Caterpillar" segue con cadenza quotidiana la successiva avventura. Alex arriva in Perù con la stessa imbarcazione del 2005. Parte il 21 febbraio per compiere la traversata del Pacifico. Giunge in Australia dopo aver remato per 294 giorni e raggiunto ben 18.000 km. il 13 dicembre. Nessuno ha mai fatto meglio. Un primato non tanto sportivo, quanto emblematico, che fa capire che l'uomo può raggiungere traguardi impensabili. La curiosità e l'interesse valicano il piccolo mondo degli appassionati, per allargarsi alla gente comune. Lo conferma il successo editoriale. "Il Pacifico a remi" scritto nel 2010 sempre dalla Longanesi, che arriva in poco tempo alla ristampa, evento raro in Italia.

L'idea della traversata americana proposta da Serge Girard, ultramaratoneta francese che l'esperienza l'ha messa alle spalle un decennio addietro, risulta per Alex Bellini una sirena troppo fascinosa per non ascoltarla. Per cui decide di provare. Stavolta prepara l'impresa con la serietà del professionista e non poteva essere altrimenti. Correre ogni giorno per 70 giorni, ad una media quotidiana di 70 km. senza un solo turno di riposo, anche se il passo è decisamente moderato (nove chilometri all'ora) è impresa da bionico o marziano. Equipe altamente specializzata, dal preparatore atletico allo psicologo e il nutrizionista a seguirlo minuto per minuto. C'è fiducia nel clan, anche se non si nascondono le difficoltà, in particolare gli sbalzi di temperatura e la diversità altimetrica. Quattordici gli Stati da attraversare: California, Arizona, New Mexico, Oklahoma, Kansas, Missouri, Illinois, Indiana, Ohio, West Virginia, Pennsylvania, Maryland, New Jersey e New York. Come dire pianura, montagne e deserti. Partiranno in 15, rappresentando Italia, Olanda, Francia, Germania, Giappone e Inghilterra. Inutile dire che faremo il tifo per un certo Alex Bellini.

Giuliano Orlando

back » la notizia: Torna Bellini: gli Stati Uniti di corsa

STAMPA



Stampa la notizia

RICERCA LA NOTIZIA

Digita la parola "chiave" e fai partire la ricerca, come risultato avrai l'elenco delle notizie presenti nel nostro archivio

Cerca

GOOGLE ALERT

Ricevi per email con Google Alert gli avvisi delle notizie pubblicate da SoloVela.net

Torna Bellini: gli Stati Uniti di corsa



Alex Bellini attraverserà di corsa gli Stati Uniti

Avventure intorno al mondo
Torna Bellini: gli Stati Uniti di corsa

Dopo aver provato ad attraversare il Pacifico in canoa, l'avventuriero italiano vuole completare il coast to coast della nazione a stelle e strisce in settanta giorni

Los Angeles - **Alex Bellini** torna in pista con una nuova sfida. Non sarà più il mare, tuttavia, il campo dove testerà le proprie abilità l'avventuriero italiano, che due anni fa ha provato ad attraversare il Pacifico su una canoa. Alex, infatti, partirà il prossimo 19 giugno per l'attraversamento coast to coast degli Stati Uniti di corsa. Un viaggio da Los Angeles a New York (5.000 chilometri totali), suddiviso in settanta tappe e altrettanti giorni, con 74 chilometri al giorno da percorrere. Nel Run Cross America, Bellini affronterà le più varie condizioni climatiche: dal caldo torrido del deserto del Nevada, alle temperature più rigide dei passi del New Mexico, passando per numerosi luoghi spettacolari offerti dalla natura statunitense, come i grandi parchi, le montagne, le distese dell'Okhlaoma, i numerosi fiumi che si immettono nel Missouri. Anche per questa sfida, Bellini non ha mancato di curare la preparazione fisica, affidandosi a uno staff di coach esperti in tecniche di respiro e iponosi, che lo seguiranno e sperimenteranno con lui nuovi approcci per affrontare una corsa al limite della sopportazione fisica.

Venerdì, 10 giugno 2011

ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER

Entra a far parte della community di SoloVela e iscriviti alla newsletter.

registrati alla newsletter

LA RIVISTA



n. 110 Giugno 2011

ABBONAMENTO on line





Sei in: Treviso Home Motori Jeep sponsor di **Alex Bellini** alla Los Angeles-New York

CONDIVIDI +

Jeep sponsor di **Alex Bellini** alla Los Angeles-New York

17488099



Jeep è Main Sponsor della nuova avventura di **Alex Bellini**. Il prossimo 19 giugno, lo sportivo italiano intraprenderà una nuova incredibile sfida: attraversare gli Stati Uniti di corsa partendo da Los Angeles fino a New York, percorrendo complessivamente 5.000 km. La griglia a sette feritoie di un Jeep Wrangler Unlimited sarà al fianco di **Alex Bellini** nell'avventura transamericana che si articolerà in 70 tappe da 70 km al giorno per una durata totale di 70 giorni.

Alex Bellini parteciperà con Jeep alla LA-NY Footrace 2011, la gara transcontinentale organizzata e promossa dall'ultramaratoneta Serge Girard con lo scopo di far rivivere il mito della prima corsa podistica attraverso gli Stati Uniti, la Trans-American Footrace del 1928. Attraversare a piedi il continente americano è un'avventura che ha le sue origini nei viaggi dei primi pionieri e che da sempre affascina l'immaginario collettivo. Percorrere gli Stati Uniti a piedi da costa a costa è un'impresa in cui si sono cimentati 244 atleti nella storia. Solo 124 podisti hanno portato a termine la loro corsa e tagliato il traguardo.

La gara si svolgerà dal 19 giugno al 27 agosto attraverso il caldo torrido del deserto del Nevada e le temperature più rigide del New Mexico, per scendere verso le distese dell'Oklahoma, superare il Missouri con i suoi fiumi, il Mississippi e l'Illinois fino alla Pennsylvania e raggiungere infine i grattacieli della Grande Mela. Jeep metterà a disposizione del team che supporterà **Alex Bellini** per tutta la durata della gara, un Jeep Wrangler Unlimited, nella versione Sahara equipaggiato con il potente motore 3.8 V6 benzina da 199 CV e cambio automatico a quattro marce.

10 giugno 2011

PERSONE: i nomi degli ultimi tre giorni

LUOGHI: la mappa degli ultimi tre giorni

Qualità dell'aria nel comune di
TREVISO

Persone

Ernesto Ferrero	Dino De Poli
Gian Paolo Gobbo	Sergio Marton
Sebastiano Sartoretto	Ilario Simonaggio
Francesco Bonato	Renato Chisso
Luciano Dussin	Giovanni Squizzato
Massimo Carlotto	Maurizio Sacconi
Maurizio Trevisan	Michela Dorigo
Mattia Episcopo	Michele Gazzara
Mattia Cattaneo	Michele Geremia
Milan Gianni Nardi	Milan Guarda

→ TUTTI I NOMI

Trova Indirizzi Utili

Cerca negozi e professionisti

Cosa vuoi cercare?

FILOSOFIA DI VITA
TUTTO IN UNO ZAINO

COME FORREST GUMP
CHISSÀ SE IL 32ENNE ATLETA LOMBARDO
SI È ISPIRATO AL PROTAGONISTA
DEL CELEBRE FILM DI ROBERT ZEMECKIS

DALLA MONTAGNA AL MARE
ORIGINARIO DELL'APRICA, NEL 2004 DECIDE
DI PARTIRE PER LA META A LUI PIÙ LONTANA:
LA TRAVERSATA DELL'ATLANTICO A REMI

COAST TO COAST

Di corsa da New York a L.A. La nuova avventura di Alex

L'impresa Il recordman Bellini è pronto per l'ennesima sfida

Mariella Caruso
■ Milano

UNA VOLTA lo chiamavano montanaro. Correva l'anno 2004 e fino a quel momento quasi nessuno aveva sentito parlare di **Alex Bellini**, un 26enne nato all'Aprica, in Valtellina. Fino a quel momento, infatti, Alex da sempre allergico al tran tran quotidiano si era limitato - si fa per dire - a correre la New York City Marathon e la Marathon des Sables e poi a volare in Alaska per percorrere a piedi, in autosufficienza, l'Alaska Ultrasport, una traversata con slitta che porterà a termine soltanto al secondo tentativo. Poi, a 26 anni, la svolta. Per Alex era arrivato il momento di affrontare un elemento nuovo: il mare, anzi l'Oceano.

Come capitò con l'Alaska, non è che ci sia riuscito subito. Prima di diventare il primo uomo ad attraversare in solitaria a remi il mar Mediterraneo e l'Oceano Atlantico, **Alex Bellini** è naufragato due volte: la prima appena uscito dal porto di Genova, la seconda a Formentera e lì ha rischiato la vita. «Ma non mi sono fermato. È difficile spiegarlo ma in quel momento ho capito che ero più vicino all'obiettivo», ha raccontato Bellini che poi ha anche attraversato il Pacifico restando 294 giorni da solo in mare aperto.

PER QUESTO non è il caso di chiedere al valtellinese - che nel frattempo ha pure scritto un libro dall'emblematico titolo "Mi chiamavano montanaro" per raccontare la sua scommessa vinta con il mare sconfinato - perché il 19 giugno ha deciso di partire per la Los Angeles-New York

Footrace 2011, la più dura corsa al mondo: 5.000 chilometri da Los Angeles, California, fino a New York dove l'arrivo è previsto il 25 agosto, da percorrere in 70 tappe, per 70 giorni e a 70 km di media al giorno. In realtà qualcuno l'ha fatto nel corso della conferenza stampa nella quale **Alex Bellini** (stavolta, al contrario di quanto accadeva all'inizio del suo percorso votato all'avventura, attorniato dagli sponsor) ha presentato questa sua nuova scommessa al limite della resistenza umana. Il valtellinese ha candidamente risposto con un'altra domanda: «Vivo e corro da mesi per vedere cosa c'è tra una costa e l'altra degli States. Voglio coniugare l'aspetto sportivo con la dimensione del

Motivazioni profonde

«Coniugherò l'aspetto sportivo con la dimensione del viaggio: voglio perdermi e ritrovarmi»

viaggio. Voglio perdermi e ritrovarmi», ha poi spiegato puntando addosso alla gente i suoi occhi azzurri intenso che all'apparenza mal si addicono all'estremo al quale ha votato la sua vita.

ALLA CORSA, organizzata da Serge Girard, potevano iscriversi in trenta. Lo hanno fatto in ventidue e sette si sono ritirati ancora prima della partenza. Non si è ritirato **Alex Bellini**, che pure non è un runner, è il secondo più giovane, mentre il più anziano è un giapponese di 66 anni. «Pensiamo che almeno il 20-30% dei partecipanti gettino la spugna dopo i primi giorni di gara», ha confessato Simone Bortolotti, il preparatore atletico del te-

am guidato da Max Damioli che sta seguendo Bellini nell'impresa di cui fanno parte un nutrizionista, un health coach, un fisioterapista, un esperto di scienza antropometrica e lo psicologo dello sport Beppe Vercelli. Un team necessario per monitorare nei particolari un'impresa che sarà un vero e proprio laboratorio della resistenza. Facendo una sorta di parallelo è come se un uomo decidesse di correre 120 maratone di seguito in meno di due mesi e mezzo.

Questo ennesimo tentativo di **Alex Bellini** «di dimostrare che non le giuste motivazioni si può ottenere tutto» verrà raccontata attraverso il web nel sito www.jeep-people.com (attivo, per restare in tema, a 70 ore dalla partenza) e giorno per giorno nel sito dello stesso Alex. L'unico rimpianto è che la sua Francesca, che sarebbe dovuta partire con lui in quanto project manager dell'impresa, dovrà restare in Italia perché a metà agosto renderà padre Alex per la seconda volta. «Non sarò il migliore dei padri ma voglio che le mie figlie (la prima ha 18 mesi e si chiama Sofia, ndr) sappiano che tutti devono essere pronti a realizzare i propri sogni».



UNICO
 Alex Bellini, 32 anni, è pronto per la Footrace 2011, l'ennesima avventura che lo vedrà protagonista in una gara podistica di 5.000 chilometri

Chi è
Maratoneta, navigatore e all'occorrenza scrittore

ALEX BELLINI è nato ad Aprica nel 1978. Sale alla ribalta dopo la traversata a remi in solitaria dell'Atlantico da Genova a Fortaleza su una barca di 7,5 metri, traversata che conclude al terzo tentativo in 226 giorni. Con la stessa barca parte poi da Lima e arriva in Australia dopo 294 giorni. Su queste avventure ha scritto i libri "Mi chiamavano montanaro" e "Il pacifico a remi". Oggi è speaker motivazionale e pilota di mongolfiere. Sposato con Francesca e papà di Sofia, 18 mesi. Vive nel Veronese ma «siamo sempre pronti a mettere la nostra vita in uno zaino».

La curiosità In valigia anche cinquecento paia di scarpe



IN PARTENZA
Alex Bellini ci riprova

■ Milano

PER AFFRONTARE la Los Angeles-New York Footrace 2011, il trentaduenne recordman Alex Bellini porterà con sé cinquecento paia di scarpe di due modelli diversi. Gli serviranno per coprire i cinquemila chilometri del percorso, dal Pacifico all'Atlantico attraverso dieci stati da percorrere in settanta giorni alla media di settantannove chilometri ogni venti-

quattro ore. Per restare in gara non si deve scendere sotto i 5,7 km/h. La competizione è organizzata da Laure Magnan e Serge Girard sulle orme delle tante sfide che si sono succedute dal 1928 in poi. Tra i diciassette concorrenti, oltre a Girard e Bellini ci sono quattro giapponesi, altrettanti francesi, tre tedeschi, un inglese, due olandesi e un altro italiano, il sardo Italo Orru.

M.C.

L'IMPRESA

La fase della preparazione ora è finita: oggi Alex comincia a correre per gli Usa

APRICA - (c.c.) Dalla base di Los Angeles ottime notizie: **Alex Bellini**, l'atleta aprichese con alle spalle l'attraversamento di due oceani in barca a remi, sta concludendo nel migliore dei modi la fase di acclimatazione e di concentrazione prima della partenza della maratona LA-NY Footrace 2011, prevista per questo pomeriggio.

Grande fermento per quanto riguarda l'organizzazione dell'equipaggiamento e del team che seguirà Alex per i primi 10 giorni della gara, oltre 5000 km, da Pacifico ad Atlantico, da percorrere di corsa in 70 giorni.

Definiti i dettagli della programmazione digitale che permetterà a fan e appassionati di vivere insieme ad Alex ogni momento della sua nuova avventura.

Vero e proprio diario di viaggio in stile



blog sul sito ufficiale www.alexbellini.it sul portale www.jeep-people.com in cui il protagonista insieme al suo team racconterà ogni giorno la sua esperienza anche grazie alla piattaforma online Garmin Connect, che fornirà per ogni tappa i dettagli del profilo planimetrico, altimetrico, ma anche le informazioni sul passo, la cadenza, il battito cardiaco e tra gli altri i parametri del consumo giornaliero di calorie.

Attivati tutti i link ai principali social network, facebook e twitter sia in versione Usa che Italia, che saranno il tramite con i tanti appassionati, importanti supporter e sostenitori durante l'intero tragitto. In questo senso determinante anche l'apporto di Runner's World, www.runnersworld.it, che seguirà l'intera corsa di Alex con aggiornamenti costanti.



20 GIU 11 **Bellini, altri 70 chilometri aspettando il deserto**



Ancora un aggiornamento sul viaggio attraverso l'America di Alex Bellini. Poi il diario, le sue fatiche quotidiane, la sua avventura si potranno seguire sul suo sito (www.alexbellini.it) o su quello di Jeep (<http://www.jeep-people.com/>) e io mi limiterò a fare il punto ogni tanto, quando ci sarà da raccontare qualcosa di particolarmente straordinario in quest'impresa particolarmente straordinaria. Ancora un aggiornamento solo per dire che, come spiega un comunicato del suo team, oggi è il secondo giorno, Alex è alle prese con i 78 km chilometri della

0
Tweet

seconda tappa da Norco ad Hesperia, che i primi 70 chilometri sono stati "digeriti" molto bene e che ieri dopo la corsa ha fatto anche una pedalata in bicicletta per defaticare le gambe. Poi nanna, sveglia molto prima dell'alba, colazione alle 3.30 e via di nuovo verso New York. Per i prossimi due mesi andrà più o meno sempre così. Settanta chilometri di corsa al giorno dovranno diventare la "sua" normalità. Non sempre però, perchè già da metà settimana Alex dovrà affrontare alcuni tratti di deserto e temperature vicine ai 40 gradi. Sempre più difficile.

RICERCA

CHI SONO



Corro sempre e da qualche anno ho scoperto la Maratona: ne ho corse una trentina. Questo blog è dedicato a chi ha passione, a chi suda, a chi non vince mai, a chi sa che il traguardo è lontanissimo ma non molla e a chi impazzisce per il profumo dell'olio canforato.

Tutti gli articoli di Antonio Ruzzo su ilGiornale.it
 Scrivi una mail a Antonio Ruzzo

- CATEGORIE
- Maratona
 - Varie

La corsa impossibile di **Alex Bellini** **Forrest Gump è italiano: «Da L.A. a New York in 70 giorni»**

::: TOMMASO LORENZINI

■■■ L'hanno chiamato "Montanaro", "Lupo di mare", lui ci ha scritto pure un paio di libri. Adesso sarà Forrest Gump. Perché dopo il deserto marocchino, l'Alaska Ultrasport, la traversata solitaria a remi dall'Atlantico in 226 giorni, e la più lunga traversata a remi dell'Oceano Pacifico mai realizzata e portata a termine in 294 giorni e 18.000 km di navigazione (in solitaria), ieri **Alex Bellini**, valtellinese senza confini, era al via della LA-NY Footrace 2011, l'ultramaratona che attraverserà gli Usa. Di corsa. Coast to coast, arrivo il 27 agosto, da Los Angeles a New York in 70 giorni, per 70 tappe da 70 km attraverso quindici Stati. **Alex, stavolta che scintilla è scattata?**
«È un'emozione nuova: avventura e viag-

gio che vanno oltre la competizione. Sono abituato alle imprese in solitaria, anche in questo caso farò corsa su di me, ma avrò anche un metro diretto di confronto».

In cosa consiste la Footrace?

«Siamo in 15, davanti a noi avremo circa 5 mila km. Ogni corridore gestirà a suo piacimento ritmi e strategie, ma saranno fondamentali i primi 40 giorni, quelli dei deserti infuocati del Nevada, delle praterie dell'Oklahoma, i grandi spazi vuoti».

Una roba da matti...

«Ma no. Al seguito avremo un motorhome per mangiare, riposarci... Nel mio team, oltre al preparatore atletico e al massaggiatore, viaggeranno un videoreporter e un operatore, che produrranno e cureranno il "diario di bordo" (in collaborazione con lo sponsor Jeep e www.alexbellini.com, ndr): vogliamo trasmettere il fascino degli Usa».

Non siete lì per portare a casa cartoline...

«Con me ci sarà anche un ipnotizzatore. Conta il fisico, ma soprattutto la mente».

Come ci si prepara?

«Ho iniziato a correre seriamente solo da ottobre. I veri ultramaratoneti del gruppo preparano questa sfida da almeno due anni. Il promotore, Serge Girard, in vita ha corso più di 27 mila km per l'Europa...».

Il suo segreto?

«Soprattutto abbiamo provato a curare il recupero, che deve essere il più rapido possibile durante la notte».

Difficoltà pratiche?

«L'alimentazione. Dovremo concederci il lusso di camminare per un quarto d'ora ogni due ore per mangiare. E poi...».

E poi?

«C'è un'incognita. Altri hanno portato a termine la traversata, ma nessuno con simili "parametri": sfidiamo l'ignoto».

24 ORE DI SPORT

tutto lo sport 24/7

Martedì 21 Giugno 2011

ALTRI SPORT

HOME

- Primo piano
- Calcio
- Calciomercato
- Giro d'Italia 2011
- Ultim'ora
- News
- Moto
- Formula 1
- Tennis
- Editoriale
- Basket
- Volley
- Altri sport

SONDAGGIO

QUAL'È STATO IL MIGLIOR GIOCATORE ITALIANO DELLA STAGIONE 2010/2011?

- Antonio Di Natale
- Alessandro Nesta
- Christian Abbiati
- Francesco Totti
- Alessandro Del Piero

ALTRI SPORT

LOS ANGELES-NEW YORK, BELLINI È PARTITO

21.06.2011 11:34 di [Alberto Ungarelli](#) articolo letto 13 volte



Alex Bellini è partito per la LA-NYC Footrace 2011. 19 giugno 2011, prima tappa da Los Angeles Huntington Beach a Norco, sempre in California, 46,08 miglia ossia circa 73 km, percorse in 8 ore e 45 minuti. E così sarà sino al 25 agosto, data del presumibile arrivo a New York. Ecco un breve estratto del diario della corsa. Buona fortuna Ironman.

"E poi passano 73, 5 chilometri. Alex sta bene. Ha corso con intelligenza, ha bevuto 9 litri d'acqua, mangiato bene. Simone controllava più dati cronografici e telemetrici di un

ingegnere della vicina Pasadena. Lo curava, idratava, nutriva.

Arriviamo a Norco, 4 chilometri di asfalto, doppia linea gialla e 6 concessionari d'auto d'occasione pro-capite. Tutte le spie accese sul verde. Ci sono delle piccole colline davanti a noi, tutto si fa minacciosamente giallo e domani le supereremo.

Sentiremo la temperatura salire e forse la prima sabbia negli occhi, controvento. E non sarà quella di Venice Beach."

EDITORIALE di Davide Saia

LA DIASPORA DELLE STELLE.



C'era una volta una nazione, l'Italia, conosciuta al mondo oltre che per le bellezze culturali e paesaggistiche anche come la patria del campionato di calcio più bello al mondo. Oggi questo paese seppur con tante difficoltà c'è ancora. C...

PIÙ LETTE:

▼ OGGI IERI

- Los Angeles-New York, Bellini è partito
- Calcio, Argentina-Albania 4-0

CALCIO

CHAMPIONS 2013, FINALE A WEMBLEY

Cerca

GIORNAL CAFFÈ GIORNAL GREEN GIORNAL 33 GIORNAL COACH GIORNAL ART CONTROVERSIE
GIORNAL CLUB GIORNAL EAT WEL(L)FARE TREND TRENDY CIAK
CRONACA POLITICA ECONOMIA SOCIETÀ GIORNAL DI VIAGGIO CULTURA SPORT SALUTE ASTI



Giornal di viaggio

Dalla Valtellina alla conquista della LA-NY

Dopo l'Oceano, coast to coast da Los Angeles a New York

di Giorgio Pieri

Tutti gli uomini sognano. Non però allo stesso modo. Quelli che sognano di notte nei polverosi recessi della mente si svegliano al mattino per scoprire che il sogno è vano. Ma quelli che sognano di giorno sono uomini pericolosi, giacché ad essi è dato vivere i sogni ad occhi aperti e far sì che essi si avverino.

In queste righe scritte da Thomas Edward Lawrence troviamo lo stimolo e la filosofia di Alex Bellini, famoso sportivo valtellinese che ha compiuto imprese memorabili e si fregia di essere il primo uomo ad avere attraversato in solitaria a remi il mare Mediterraneo e l'oceano Atlantico: 226 giorni di navigazione e 6000 miglia da Genova a Fortaleza (Brasile) con un barca di 7,5 metri con la quale ha concluso anche la traversata dell'oceano Pacifico da Lima a Sydney per un totale di 294 giorni e 18mila chilometri sempre da solo, stabilendo un record mondiale che lo ha fatto entrare nella leggenda della navigazione.

Dopo l'oceano attraversato con la forza delle braccia galleggiando su l'immensa distesa d'acqua che può decidere il tuo destino, Alex è partito il 19 giugno per una nuova avventura: in America compirà una traversata a piedi "coast to coast" partecipando alla LA-NY Footrace, corsa di resistenza di 5000 km che attraversa gli Stati Uniti da Los Angeles a New York, divisa in 70 tappe e 70 giorni, per una media di 74 chilometri al giorno.

Dal Nevada con il suo caldo torrido si arriva alle temperature più rigide delle montagne e dei Parchi Naturali del Messico, poi giù verso l'Oklahoma ed i fiumi del Missouri. Lungo le sponde del Mississippi e dell'Illinois fino ad arrivare nuovamente alle aree popolate della Pennsylvania per concludere tra i grattacieli della Grande Mela.

Durante questa gara massacrante, Alex sarà seguito da uno staff di esperti che lo aiuteranno e lo studieranno in questa prova che lo porterà al limite della sopportazione umana.

In bocca al lupo... da parte di tutti noi, vai Alex!

Stampa questo articolo
Invia a un amico
Insenisci un commento
Vai alla prima pagina

L'EDITORIALE

L'Italia deve investire di più in innovazione

L'Italia nel 2009 ha investito soltanto l'1,27% del Pil in ricerca e sviluppo, in leggero aumento rispetto al passato (nel 2008 il dato era dell'1,05%) ma ben lontano dall'obiettivo del 3% concordato a livello europeo e superato da alcuni Paesi UE dell'area settentrionale. E questo il...

Continua



Casale "Verso l'agenzia di sviluppo"
25 febbraio 2011

europa mediterraneo
giornal club

MULTIMEDIA

Photogallery
Alessandria, i tifosi inferociti temono il fallimento

Photogallery
Robert vince per il bacio di una monferrina

Photogallery
Deserto del Sahara: il business



La professionalità nel settore calzature dal 1934

CENTRO DISTRIBUZIONE CALZATURE S.r.l.
Via Filii 30, ang. via Palermo
15100 Alessandria
Tel. 0131 265712
www.gportage.it



Scuola delle arti coreutica - musicale - teatrale
direttore artistico Patrizia Campassi



CAI LEGNANO Sta per partecipare alla «NY Footrace 2011»

Nuova avventura per **Alex Bellini**

Settanta tappe, per settanta giorni, per altrettanti chilometri

LEGNANO (gim) Il navigatore solitario **Alex Bellini**, le cui imprese sono seguite dagli amici del Cai Legnano, si appresta a completarne una nuova: la «NY Footrace 2011», una camminata partita domenica scorsa da Huntington Beach in California, che si concluderà a New York, attraversando quindici Stati. La corsa di Bellini, di settanta tappe per settanta giorni, per un totale di settanta chilometri il giorno, dovrebbe terminare il prossimo 27 agosto alla Grande Mela. «Alex dovrà affrontare le temperature estreme del deserto del Nevada e il clima freddo del New Mexico. Scenderà nelle distese dell'Oklahoma, passerà il Missouri con i suoi fiumi, attraverso il Missis-



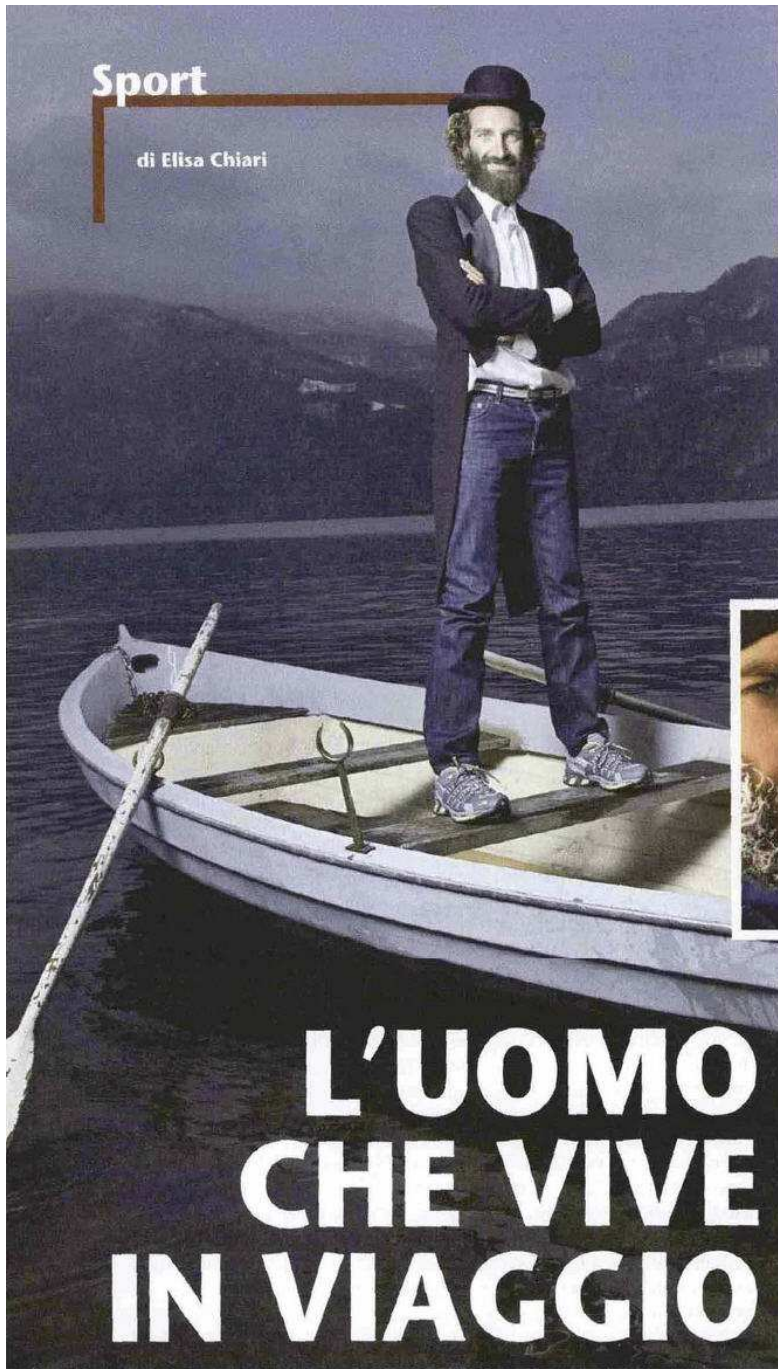
Il navigatore solitario Alex Bellini in azione

sippi e l'Illinois fino alla Pennsylvania e finalmente arriverà a New York», spiegano gli amici del Cai. Chi de-

sidera seguire Bellini nella sua impresa: www.alexbellini.it, www.runnersworld.it, www.jeep-people.com.

Sport

di Elisa Chiari



L'UOMO CHE VIVE IN VIAGGIO

Alex Bellini era destinato a lavorare in banca. Oggi oltrepassa gli oceani con una barca a remi e i Paesi di corsa

Da fuori, almeno a giudicare dalla sua iscrizione a Scienze bancarie, **Alex Bellini** ragazzo voleva una vita tranquilla, dentro invece ne aveva una spericolata. È stato proprio quando ha cominciato a capire che quegli studi gli stavano preparando un domani di orari regolari, cravatte impeccabili, pignoleria di conti da far tornare, che le due anime di Alex hanno fatto cortocircuito. Si è spenta la luce e lì, al buio, l'istinto ha messo in scacco la ragione, ha fatto mollare a Bellini Milano

e i conti correnti, e l'ha riportato, acciuffandolo per i riccioli, sulla rotta del suo destino: una vita votata a risalire la corrente.

«L'errore mi ha obbligato ad ascoltare la mia bussola interiore, ho capito che il piacere dell'esplorazione che mi era stato concesso da piccolo all'Aprica dove sono cresciuto mi raccontava di me e dei



miei desideri cose incompatibili con quel lavoro in banca».

E infatti **Alex Bellini**, 33 anni, una figlia di 18 mesi, un'altra in arrivo e una moglie comprensiva, si è inventato un'altra strada molto meno lineare per attraversare il mondo e la vita: il viaggio. Non viaggi qualunque: oceani da oltrepassare a remi, Paesi da affrontare di corsa, come gli Stati Uniti che sta attraversando "coast to coast" correndo. Sfide alla ricerca dei limiti e del senso: «La solitudine per me è un lusso, è un po' come un terreno appena irrigato: crea la condizione migliore perché io possa tornare a casa più saggio, avendo appreso cose che da fermo non avrei imparato».

L'avventura ovviamente presuppone un'organizzazione complessa, sponsor ed esperti che studino tutto nei minimi particolari perché un'impresa - che si tratti di remare da Genova al Brasile o di correre da Los Angeles a New York - abbia una probabilità di successo. Bisogna calcolare tut-



to, dalle calze alle scarpe, dalle provviste al riposo. Nemmeno la pignoleria di mille bancari saprebbe, però, governare l'imponderabile: «Ho attraversato due oceani a remi tornando sano e salvo, durante la mia ultima traversata durata dieci mesi tre amici della mia età sono morti in tre situazioni differenti, l'imponderabile è sotto casa ed è più insidioso del mare. Il coraggio serve a stare dieci ore in catena di montaggio senza poter inseguire sogni, serve a vivere dignitosamente una malattia, quello che faccio io è solo libertà di espressione, volontà di andare a cercare agli angoli del mondo risposte alla domanda: chi sono io?».

Non che non capiti in quei frangenti di aver paura: «È successo durante la traversata dell'Atlantico a remi: sono rimasto cinque giorni a digiuno, mi sono salvato approdando in un arcipelago così piccolo da sfuggire alle carte nautiche, mi hanno salvato quattro biologi marini che vivevano da due mesi sull'isola: un luogo ostilissimo, senza sabbia né palme, solo pietre taglienti. Dovevano essere avventurieri anche



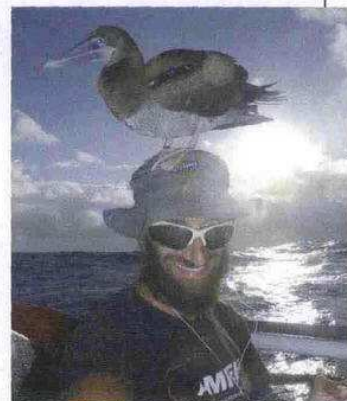
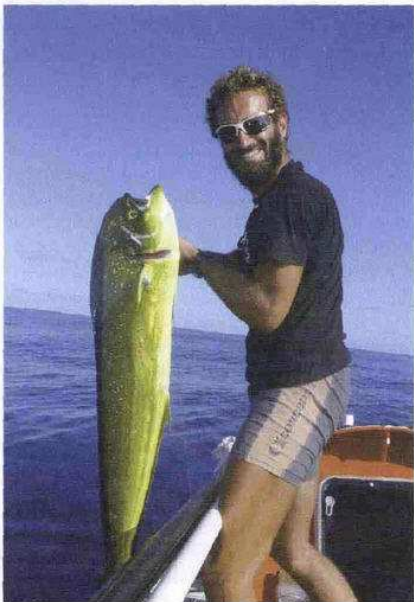
“
 Forse non sarò
 il migliore dei
 padri. Ma vorrei
 insegnare alle mie
 figlie a seguire
 i propri sogni

”

loro per vivere così. Hanno fatto venire un peschereccio dal Brasile per rifornirmi abbastanza da finire il viaggio, tenuto conto che dovevo nutrirmi come quattro persone normali per combattere freddo e dispendio energetico».

Chi me lo fa fare? «Me lo chiedo ogni volta che dormo in un sacco a pelo bagnato, mentre sogno di guardare un film sul divano abbracciato a mia moglie».

Alex si risponde che la felicità è specchiarsi accettandosi con i propri difetti, è arrivare all'ultimo giorno senza rimpianti: «Forse non sarò il migliore dei padri, starò via per lunghi periodi, mi perderò delle cose: la nascita della mia seconda bambina, per esempio, se non mi aspetta: ma sarei contento che dal loro papà Sofia e Margherita imparassero a inseguire i loro sogni, a non accontentarsi del grigio». E quando sapranno parlare potranno dire di avere un papà che attraversa i mari a remi e fa il pilota di mongolfiere. «A meno che io non arrivi a quel tempo ad aver capito che quel che volevo era uno sportello in banca per tornare ogni sera alle cinque. Se lo capisco sono pronto a fermarmi».



IN PARTENZA

Alex saluta la moglie prima di ogni viaggio. A sinistra: in posa sulla barca a remi che lo porta da una parte all'altra del mondo.

Promotion

RW REPORT

BROOKS IN REDAZIONE



Gradita e proficua visita in redazione dello staff tecnico di Brooks Italia. **Giampaolo Sala** e **Dereje Rabattoni**, Technical Representative di Brooks (nella foto con il vicedirettore di *Runner's World* Vittorio Nava e lo shoes contributor di RW Rosario Palazzolo), hanno



presentato alla redazione le novità fall winter del marchio statunitense (alcune delle quali sono già state inserite nella Guida scarpe su questo numero), ormai lanciato verso la leadership di mercato proprio negli USA. Nell'occasione è stata illustrata in anteprima anche la nuovissima e rivoluzionaria linea **Pure Project**, una nuova generazione di modelli che rappresentano l'interpretazione più innovativa di calzature minimaliste per il running.

DOG PARTY

Una gran bella festa sportiva quella proposta da **Advantix Running**, alla quale hanno partecipato moltissimi amici a quattro zampe, quei cani che accompagnano spesso le nostre corse. Ecco, davanti allo stand di *Runner's World* (media partner dell'evento), da sinistra: Costantino, Giorgio, Monica, il direttore di *Runner's World* Marco Marchei, Cristina, Pierluigi (Gigi). Tutti runners veri. Costantino e Cristina erano al villaggio perché titolari di **United Pets**, azienda che importa accessori di plastica belli e colorati per animali domestici. Gli altri, da bravi compagni di corsa, si sono offerti di aiutarli a gestire lo stand.



PRIMI PASSI SALOMON CITY TRAIL

Primo sopralluogo ufficiale al parco Montestella per tracciare i contorni (e il percorso) del prossimo **Salomon City Trail Milano** che l'8 ottobre farà provare il piacere di una 5K fuoristrada in città proprio sui sentieri sterrati di questo luogo "cult" dei runner milanesi. Da sinistra, il product manager di RW Francesco Carlo, il nostro coordinatore eventi Silvio Omodeo, l'organizzatore di Planet Sport Massimo Mapelli, Gigi Maneo, Direttore Clienti agenzia Slalom e Augusto Prati, Responsabile Marketing e Comunicazione Salomon, Gruppo Amer.



TORNACO: BUONA LA PRIMA

L'amico di *Runner's World* John Braga (nella foto, a destra accosciato con in mano il megafono), organizzatore della **Corsa d'la Madonè di por**, gara non competitiva di 10K e 3K che si è svolta lo scorso 3 aprile a Tornaco (NO), ha pensato di farci sentire un po' più vicini alla manifestazione con uno scatto fotografico, graditissimo, poco prima della partenza.



IODONO PER IL RUNNING

Che *Runner's World* fosse sensibile e attento a tutto ciò che gravita attorno alle charities applicate al mondo della corsa è ormai un fatto assodato. Ed è la ragione per cui ha accolto con entusiasmo l'ingresso in Italia di un portale dedicato al fundraising online.

Si tratta di **iodono.com**, la proposta di **Direct Channel** per chi desidera impegnarsi nel personal fundraising in puro stile anglosassone. Nella foto, un momento della piacevole visita degli ideatori del portale: Laura Patrino Silva, responsabile marketing comunicazione e sviluppo e il presidente di Direct Channel Bruno Patrino Silva con Nava e Marchei di RW.



IN BOCCA AL LUPO ALEX

Gradita visita in redazione per la presentazione della nuova sfida lanciata da **Alex Bellini** alla **Los Angeles - New York Footrace 2011** partita il 19 giugno e che si concluderà il 27 agosto dopo che Alex avrà percorso, correndo, più di 5.000 km (i dettagli a pag. 24). Da sinistra, il direttore di RW Marco Marchei, Mauro Talamonti il reporter multimediale che seguirà e documenterà l'impresa di Alex, Aurora Incadorna, Europe digital international coordination of the main sponsor **Jeep**, **Alex Bellini**, la moglie Francesca Urso, la piccola Sofia (figlia di Alex e Francesca) e il vicedirettore di RW, Vittorio Nava. *Runner's World* è il media partner tecnico ufficiale della sfida di **Alex Bellini**.



ADIDAS AL FUTURO

Una collezione ampia e ricca di spunti tecnologici originali e innovativi quella presentata alla redazione di RW dagli amici di adidas Italia. Nella foto, con i "soliti" Marchei e Nava, **Marika Maffi**, PR manager individual sports and training del marchio delle tre strisce, **Giuseppe Ricatti**, grande esperto di calzature per la corsa e tech marketing manager e **Daniela Ostuni**, communication manager.



DENTRO IL MONDO DI

RUNNER'S WORLD

Da Los Angeles a New York. A piedi, in 2 mesi e mezzo



Alex Bellini a Milano, prima dell'inizio dell'evento

DI MARCO VALERIO PRINCIPATO
Pubblicato il: 04/07/2011
Commenta

Roma – Non è un errore: quasi 5mila Km, che **Alex Bellini** percorre a piedi, in 70 tappe da 70 Km l'una. Alex, sportivo noto per le sue imprese estreme, ha iniziato il 19 giugno e finirà il 27 agosto: visto l'interesse suscitato, con l'aiuto della Rete l'iniziativa ha assunto il carattere di un vero e proprio evento dietro a cui c'è un "sorvegliante", che segue l'intera iniziativa, tra i più indicati per una simile missione: una Jeep, che a proposito del "numero 70", viene da un marchio che festeggia i 70 anni.

Nell'immaginario collettivo, la Jeep è l'icona autentica del fuoristrada. Oggi la si fa appartenere al segmento SUV, ma essa esiste in realtà da ben prima che nascesse lo stesso concetto di Sport Utility Vehicle, di cui quella sigla è l'acronimo.

Perché, dunque, Jeep e **Alex Bellini** insieme, sponsorizzandosi in certo qual modo l'un l'altro? Vi sono, in realtà, molti fattori comuni. Lo sportivo italiano è visto dal pubblico mondiale come l'icona della prestazione sportiva per eccellenza, capace di essere al contempo libero di dar sfogo alla passione e determinato nel vincere. Rappresenta un personaggio capace di affrontare l'avventura e di farlo con l'autenticità delle proprie capacità. Sa di essere unico e di puntare a esserlo sempre, il più possibile, facendolo con passione intensa.

Trasporre tali sentimenti in chi è da sempre un autentico appassionato dei fuoristrada è assolutamente facile: prova le medesime sensazioni. Per questo Jeep ha ritenuto opportuno sponsorizzare la nuova avventura di Bellini: chi di Jeep è appassionato ricalca in maniera pressoché speculare i sentimenti di uno sportivo estremo.

IN BREVE:

Come mai **Alex Bellini**, sportivo noto per le sue imprese "estreme", continua a sfidare sé stesso e la natura proprio insieme a un "guardiano" d'eccezione come una Jeep, complice la Rete? Ecco le ragioni, e sono tante

Sezione in lettura: **Fatti & Eventi**

« [Articolo precedente](#) »

ULTIMISSIME FLASH »

- **1 ora fa** - BlackBerry, pronto il Mac Desktop Software v2.1
- **29/06/2011** - BlackBerry DevCon Europa e Asia: date e luoghi
- **29/06/2011** - Android ha l'applicazione Yoox
- **28/06/2011** - Anonymous attacca Agcom, sbaglia leggermente mira?
- **27/06/2011** - Twitter 2.0 Beta per BlackBerry, pronto

ULTIMI ARTICOLI

- CoPilot Live Premium, nuovo di zecca, da ALK Technologies
- BlackBerry, pronto il Mac Desktop Software v2.1
- Da Los Angeles a New York. A piedi, in 2 mesi e mezzo
- Brevetti Nortel, chi entra e chi esce
- Libero, nel futuro c'è più web
- HP: "vendesi licenze WebOS, prezzi modici"
- Cloud computing, riservatezza e consapevolezza
- Sviluppare. Su Google+
- Tutela del copyright, 100 autori e una "Notte della Rete"
- gateProtect, nuove alleanze

PIÙ LETTI

- Cos'è davvero la Vodafone Station? Vediamolo insieme - 102.943 letture
- Vodafone Internet Key: FLAT? Attenzione, c'è la «condizionale» - 30.866 letture
- Vodafone Station 2.0: cos'è, novità e osservazioni - 24.530 letture
- La chiavetta Internet non ha l'antenna esterna? Risolto - 23.521 letture
- ADSL e telefonia flat: quale operatore è più conveniente? - 18.829 letture
- Un tubo al neon? Non più: tra poco sarà un «tubo a LED» - 12.441 letture
- Mobile Internet Data Pack di Vodafone: senza limiti? Falso - 8.975 letture
- Nuovo generatore eolico: si adatta alla velocità del vento - 8.154 letture
- Onda DN7000T: la Vodafone Station di TIM? Vediamo cos'è - 7.504 letture
- Vodafone: 1 centesimo. Dov'è il trucco? - 6.791 letture

PIÙ INVIATI

- Vodafone: 1 centesimo. Dov'è il trucco? - 6 emails
- SMAU 2010, novità di Pixmania-pro.com - 5 emails
- NGN Italia, la sintesi: Telecom, si fa come diciamo noi - 3 emails
- Cellulari: la Tassa di Concessione Governativa c'è ancora



Il valore di una idea sta nel metterla in pratica
Thomas Alva Edison

NAZIONALE PILOTI 30th 1981-2011
Scopri tutti i regali dei Partner

7 GIORNI NEL MEDITERRANEO A LUGLIO da 740€ CUCIA E PIGNOLA Costa

Venerdì 08 Luglio 2011 19:46

Dopo 170 ore di marcia, Alex Bellini nel New Mexico ritrova il deserto e scopre i... Navajo

di Redazione MS

Mi piace Di' che ti piace prima di tutti i tuoi amici.

Grandezza carattere Stampa E-mail Galleria immagini

Valuta questo articolo (1 vote)



Il trentatreenne atleta di Aprica calpesta il mitico simbolo della Route 66 Mauro Talamonti

Dopo quasi 170 ore di corsa totali, martedì è arrivato il New Mexico. Alex Bellini ha ritrovato il deserto, dopo giorni di sterrato e una tappa che lo ha portato fino a 2.400 metri di altezza tra i meravigliosi boschi della città di Flagstaff. La riserva indiana dei Navajo con i suoi paesaggi dal sapore epico fanno da sfondo al viaggio del runner, che costeggia anche il Rio Chama, uno dei fiumi considerati patrimonio naturale degli Stati Uniti per gli spettacolari scorci naturalistici.

Il gruppo, dopo le defezioni della prima settimana, è di otto atleti e i chilometri fin qui percorsi sono stati più di mille. Alex, dopo aver superato con forza alcuni inevitabili problemi fisici tra cui un fastidioso disturbo al tendine d'Achille, sta continuando la sua corsa in modo incredibilmente lineare, senza strappi. Nell'ultima tappa ha anche scalato una posizione in classifica generale.

Il 3 luglio scorso, quindicesimo dei suoi settanta giorni di gara, nel più recente commento personale dagli Stati Uniti, il trentatreenne corridore di Aprica aveva dichiarato: "Sono molto soddisfatto della tappa di oggi perché siamo riusciti a migliorare la mia condizione fisica in corsa. Ero partito con forti disturbi allo stomaco, le gambe indolenzite e un tendine d'Achille che mi dava noia. Calma, ritmo e un passo dopo l'altro ho superato i runner più vicini e mi sono portato avanti. Cercherò di riposare molto questa notte per godermi al meglio questo paesaggio lunare, giallo e meraviglioso".

COSTANZA SPIRITO DI SACRIFICIO OTTIMISMO

Dopo il Grand Canyon, la corsa sta attraversando il territorio indiano. Il Nuovo Messico è il terzo Stato che il gruppo attraversa dopo la partenza in California e il passaggio nella polverosa Arizona, che lo sportivo valtellinese ha già affrontato dal momento della partenza, quindici giorni or sono.

Link: <http://www.alexbellini.it>, <http://www.jeep-people.com> e <http://www.garmin-revolution.it>

VOTA i valori della mentalità sportiva

TEST misura la tua mentalità sportiva

IL TOP & IL FLOP DELLA SETTIMANA



Italia Donne di Tiro con l'Arco



FISI



L'EDITORIALE DEL DIRETTORE - Gianluca Tavellin



Quando il calcio aveva mentalità sportiva
Dopo gli ultimi scandali che hanno "bucato" il pallone, mi sono chiesto... (leggi)

150 ANNI D'ITALIA - Gabriele Testi



Verso un campionato per... senzatetto.
"Homeless", vocabolo inglese che letteralmente indica i "senzatetto"... (leggi)

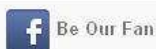
VERSO LONDRA 2012 - Nicolò Monaldi



L'arrampicata alle Olimpiadi via Trentino?
Il Comitato Olimpico Internazionale (CIO) il 4 luglio 2011 ha decretato... (leggi)



HALF MARATHON
NON MANGIARE ALL'EVENTO DELL'ANNO



TOP CATEGORIE

- + calcio (904)
- + motori (232)
- + running (196)
- + snowboard (191)
- Brands (362)
- Mondo
- Boarding (530)**
- Mondo (257)
- Fitness (166)
- sport-attrezzature (166)
- Sport-Cibo (41)
- Sport-Fashion (259)
- Sport-Fiere (110)
- Sport-Gossip (620)**
- Sport-Salute (158)
- Sport-SexSymbol (263)
- Sport-Tech (144)

CATEGORIE

- + atletica (49)
- + basket (20)
- + baseball (10)
- + calcio (904)
- + ciclismo (10)
- + fitness (166)
- + football (10)
- + golf (10)
- + hockey (10)
- + ippica (10)
- + judo (10)
- + nuoto (10)
- + pallacanestro (10)
- + pallanuoto (10)
- + pallanuoto (10)
- + pugilato (10)
- + rugby (10)
- + sci (10)
- + tennis (10)
- + tennistavola (10)
- + triathlon (10)
- + vela (10)
- + volleyball (10)
- + wrestling (10)

ALEX BELLINI continua la corsa in New Mexico alla LA-NY 2011

VENERDÌ, LUGLIO 06, 2011 SV NO COMMENTS



Dopo quasi 170 ore di corsa totali, martedì è arrivato il New Mexico. Alex Bellini ha ritrovato il deserto, dopo giorni di sterrato e una tappa che lo ha portato fino a 2400 metri di altezza tra i meravigliosi boschi della

città di Flagstaff. La Riserva Indiana Navajo con i suoi paesaggi dal sapore epico fanno da sfondo al viaggio di Alex, che costeggia anche il Rio Chama, uno dei fiumi considerati patrimonio naturale degli Stati Uniti per i suoi spettacolari scorci naturalistici.

Il gruppo, dopo le defezioni della prima settimana, è di otto atleti e i chilometri fin qui percorsi sono stati più di mille. Alex dopo aver superato con forza alcuni inevitabili problemi fisici tra cui un fastidioso disturbo al tendine d'Achille, sta continuando la sua corsa in modo incredibilmente lineare, senza strappi. Nell'ultima tappa ha anche scalato una posizione in classifica generale.

Dopo il Grand Canyon, la corsa sta attraversando il territorio Navajo all'interno della Riserva Indiana. Il New Mexico è il terzo Stato che il gruppo attraversa dopo la partenza in California e il passaggio nella polverosa Arizona.

Sul sito www.alexbellini.it si può seguire giornalmente la corsa di Alex, mentre sul portale www.jeep-people.com e su www.garminrevolution.it l'avventura la si può vedere attraverso racconti fotografici. Appuntamento fisso poi ogni domenica in diretta su Radio24 con il programma Mine Vaganti. All'indirizzo minevaganti@radio24.it sarà possibile inviare domande e curiosità ad Alex.

Search

SHARE



Popular Tags Blog Archives

ADSENSE

GROUPON Coupons Ristorante

 Hamburger fino a -70%*	 Ciambelle fino a -60%*	 Steaks fino a -65%*
 Sushi fino a -70%*	 Brunch fino a -50%*	 Gelati fino a -60%*

[Vai alle Offerte](#)

*Esempi di offerte in arrivo

SEGUI VIA EMAIL

Inserisci la tua e-mail:

[Iscriviti](#)

Delivered by FeedBurner

spigolature

Cinquemila km a piedi

Lo sportivo Alex Bellini si è lanciato da qualche giorno in una nuova impresa: la maratona LA-NY Footrace 2011, che come si può intuire dal nome prevede un percorso da Los Angeles a New York, di circa 5mila km. La gara è iniziata dal 19 giugno e terminerà il 27 agosto, suddivisa in 70 tappe di circa 70 km l'una. Alex Bellini non è nuovo a sfide estreme, dato che ha attraversato in barca a remi il Mediterraneo e l'Atlantico. Un fatto piuttosto curioso, per uno sportivo che attraversa gli Usa a piedi, è il fatto che è sponsorizzato da una marca di automobili, la Jeep.



LA STAMPA.it COSTUME

ATTUALITÀ | OPINIONI | SPORT | TORINO | CULTURA | SPETTACOLI | TEMPOLIBERO | DONNA | CUCINA | SALUTE | VIAGGI | APPROFONDIMENTI | PIÙ VISTI

PIÙ LETTI | PIÙ VISTI | YOUTUBE | TWITTER | FACEBOOK

COSTUME
17/07/2011 - PERSONAGGI

"E' questa l'estate per viaggiare strano"

Sfide grandi e piccole per andare oltre gli stereotipi della vacanza

FEDERICA TADDIA

«E tu cosa fai quest'estate?». Attenzione a porre l'innocente domanda ad amici e colleghi: le risposte potrebbero essere le più inattese e sorprendenti. Dal giro del Sud America in roller a una corsa di 5 mila chilometri negli Stati Uniti, passando per un mese in trattore a zozzo per l'Europa; dal periplo dell'Italia in kayak a un «pellegrinaggio» Trieste - Calcutta in couchsurfing, ovvero cercando ospitalità saltando da un divano letto all'altro.



Da Los Angeles a New York a piedi: nella «Footrace» è impegnato Alex Bellini, che ha già attraversato a remi due oceani. Ora l'impresa è attraversare gli Usa a piedi: quasi 5000 km

Ferie non proprio nel segno del relax e del meritato riposo, insomma, ma il più delle volte veri tour de force fatti di fatica, sudore e sacrifici. Sono sempre di più i testimonial del «viaggiamo strano»: persone pronte a giocarsi le vacanze, e spesso anche qualche settimana in più, per portare finalmente a termine il sogno di una vita. E' sufficiente navigare qualche ora su internet per trovare decine di blog, siti web e social network che raccontano il giorno per giorno di queste piccole e grandi imprese estive.

La rete diventa così il megafono degli avventurieri, che trovano online il luogo ideale e privilegiato dove lasciare traccia delle proprie peripezie, filosofeggiare, scrivere commenti, chiedere suggerimenti e pubblicare foto. E' possibile generare community, raccogliere suggerimenti e parole di sostegno e tentare di trasmettere la sensazione virtuale di essere tutti insieme, a fare quel viaggio reale. Il risultato, spesso, è quello di trasmettere solo un senso di frustrazione e invidia, rischiando anche di scatenare il classico e istintivo: «Ma chi ve lo fa fare?».

E anche le risposte a questa domanda, scartabellando di forum in forum, danno vita a un ottimo campionario antropologico: si va dal desiderio di mettere alla prova i propri limiti alla ricerca di una forma di turismo più sostenibile ed economica, dalla voglia di realizzare se stessi al tentativo di dimostrare che si può vivere in armonia con l'ambiente e la natura, dal provare a cambiare vita al dare concretezza a ciò che tutti considerano pura follia. Oppure si ha semplicemente voglia di fare qualcosa di diverso e bizzarro, giusto per il gusto di poterlo raccontare ai colleghi di lavoro. O di poterlo scrivere su Facebook.

Tutta l'America a piedi, "coast to coast"

Settanta tappe, in 70 giorni, da 70 chilometri l'una. Sono i numeri della «Footrace 2011», coast to coast da Los Angeles a New York: quasi 5 mila chilometri e 3 milioni di passi per attraversare gli Usa. Sono partiti in 16 e tra gli 8 rimasti al via c'è Alex Bellini, il valtellinese che ha attraversato a remi l'Oceano e il Pacifico e che ora gli oceani vuole unirli di corsa. «La fatica, il sacrificio e il mettermi in gioco, andando alla ricerca dei miei limiti, sono il modo più romantico che conosco per occupare il mio tempo - spiega Bellini -. Ma l'importante è fare tutto a piccoli passi, mettendone uno dietro all'altro, incuranti dei giorni che aspettano: è nel presente che si fa la storia». Partito il 19 giugno, oggi Alex sta correndo la 29ª tappa e toccherà i 1997 km complessivi. Dopo aver superato i deserti dell'Arizona, le riserve Navajo, il New Mexico, corre sulle pianure dell'Oklahoma. «Corpo e testa rispondono bene, anche se è l'impresa più massacrante che ho affrontato - racconta Bellini -. Per fortuna siamo usciti dal caldo torrido e il clima ci aiuta. E' uno spettacolo guardarsi intorno: si scoprono gli Stati Uniti che non si conoscono, se ne percepiscono le sfumature, i suoni, gli odori. E questo serve anche per distrarsi». Per seguire la corsa www.alexbellini.it.

ULTIMI ARTICOLI

- 15/07/2011
Il risveglio perfetto
 - 13/07/2011
Alberto e Charlene, luna di miele separata per contratto
 - 12/07/2011
Il Robinson di Budelli "È qui la mia Polinesia"
 - 11/07/2011
Genova, quel porto dove attraccano vecchio e nuovo
 - 10/07/2011
Predolin: "Meglio i fornelli che le umiliazioni in tv"
- » tutti gli articoli

CECA

ANGOLO GIORNALISTI

PUBBLICITÀ

Annunci PPN

SCOPRI EXPENDIA SMART
Troppe Note Spese?
ExpendiaSmart Semplifica la Gestione Note Spese: 100% Sicuro
www.expendiasmart.it

Amarena Fabbrì
Cosa puoi fare con una cosa tonda rossa e buonissima?
Scopri sul nuovo portale.

Mi racconti una favola?
Basta abusi e violenze. Aiutalo tu a vivere da bambino.
Adottalo a distanza

Dove andare a cena? IL MANGIUGLI

Città: Milano | Pagine: 1 | Carica: 1

Genere: | Nome: | Ricerca avanzata >>



25 LUG 11 **Los Angeles–NewYork: Alex Bellini è in Oklahoma, quasi a metà**

Metà del viaggio, più o meno. Comunque più di 2500 chilometri percorsi, 3 fusi orari cambiati, quattro Stati superati, e più di 300 ore di corsa nelle gambe. Un'altra trentina di tappe da affrontare, con otto Stati da oltrepassare prima di New York. Alex Bellini non molla e continua nella sua corsa impossibile, nel suo viaggio alla scoperta di quanto l'uomo sia in grado di superare con la forza del suo fisico e della sua mente, nel suo coast to coast che lo porterà da una parta all'altra degli Stati Uniti, da Los Angeles a New York per la precisione. Venerdì scorso la LA-NY è entrata ufficialmente nella regione delle Grandi Pianure. Alex ha da subito dovuto affrontare una tappa durissima di 90 chilometri, lasciandosi definitivamente alle spalle il New Mexico ed è entrato in Oklahoma. Non è stato semplice. Ma nulla è semplice in una sfida come questa ovviamente. "Un grande vento – scrive Alex nel suo diario. mi ha creato molti problemi e lo spettro del caldo si è rifatto sentire dopo giorni miti, facendo salire la temperatura fino a 43 gradi". Il passo dell'atleta dell'Aprica è sempre regolare nonostante alcuni, inevitabili, problemi fisici: un leggero dolore all'anca e qualche fastidio ai tendini che vengono seguiti con attenzione da Simone Bortolotti trainer e massaggiatore che dal 19 giugno viaggia al fianco di Alex. Anche Luca Saccagno, health coach di Alex lo ha raggiunto in questi giorni per seguirlo da vicino. Fondamentali sono la reidratazione forzata, l'equilibrio alimentare, l'integrazione naturale e l'induzione al sonno. E Alex non si ferma. Continua nel suo viaggio, come preferisce che si chiami questa sua corsa, e nella sua scommessa: "E quando passiamo la linea retta nella sabbia tra New Mexico e l'Oklahoma- racconta sul suo sito (<http://www.jeep-people.com>) chiediamo cosa mai ci attenderà di nuovo, di diverso. Apparentemente il nulla...". In realtà c'è una grande storia da raccontare.



0

RICERCA

CHI SONO



Corro sempre e da qualche anno ho scoperto la Maratona: ne ho corse una trentina. Questo blog è dedicato a chi ha passione, a chi suda, a chi non vince mai, a chi sa che il traguardo è lontanissimo ma non molla e a chi impazzisce per il profumo dell'olio cantorato.

Tutti gli articoli di Antonio Ruzzo su ilGiornale.it

Scrivi una mail a Antonio Ruzzo

CATEGORIE

- Maratona
- Varie

ULTIME DISCUSSIONI

Renzo su Los Angeles-NewYork: Alex Bellini è in Oklahoma, quasi a metà

Gianluca su In Molise la corsa che ti rigenera la mente

giorgio su Settanta chilometri di salita...e non è mai finita

Gabriele su Settanta chilometri di salita...e non è mai finita

Gaia Fierler su Ad Abbiategrasso la tapasciata che non l'aspetti: ed è la più

Per maggiori dettagli sulla Nuova BMW Serie 1 cliccate qui.

Share Search GQ Login Registrati
GQ.COM

28 luglio 2011
Ultimo aggiornamento alle 12.04



VIRAL NEWS MODA BEN-ESSERE SPORT MOTORI EROS & GIRLS HI TECH SHOW BOOKMAKER BLOG DROSCOPIO COMMUNITY GQTV GQ FOTO

SPORT



L'estate sta finendo
Un tizio teme che l'Europa diventi una provincia araba e allora imbraccia un fucile automatico e fa una strage...
27 lug 2011 Riccardo Romani

BLOG



LONDRA 2012 -365 giorni
Sta per scattare l'anno. Un anno di attesa ancora per quella che sarà la 30a edizione dei Giochi Olimpici estivi.
26 lug 2011 Carlo Vanzini

Articles

ALEX BELINI, IL MARATONETA CHE CORRE COME FORREST GUMP

27 lug 2011 — **Ambra Craighero**

Alex sta correndo cinquemila chilometri coast to coast negli Stati Uniti, tra deserti e steppe, con una media di 70-74 km al giorno per 70 giorni. Una "sfida" a Forrest Gump. Ma anche a sè stesso



Photo Courtesy of MAURO TALAMONTI @2011

0 Commenti Share Preferito Mi piace 34 Tweet 0

Tags: forrest gump, maratona, alex bellini

Alex Bellini l'avevamo incontrato tre mesi fa, mentre si allenava nella frazione di Gazzolo d'Arcole, un pugno di case tra Verona e Vicenza. Ora è alla 34^a tappa della prima edizione della NYFootrace, la corsa attraverso l'America già ribattezzata la "Forrest Gump Race". Un omaggio al personaggio interpretato da Tom Hanks nel film di Robert Zemeckis che una mattina si alza e segue l'impulso di correre per tre anni di fila da una costa all'altra degli States, senza un vero motivo. Alex, invece, un motivo ce l'ha: sta correndo coast to coast, per superare ancora una volta se stesso. Dopo la traversata a remi del Pacifico, la corsa a piedi in Alaska, la traversata oceanica in solitaria da Genova al Brasile (e poi dal Perù all'Australia) su una barca di 7,5 metri, ora è il turno di una corsa da 5000 km - 70 al giorno, per 70 giorni. Da Los Angeles a New York.

Lo sentiamo su skype: stanco, provato, magrissimo, gli occhi blu che fissano l'ignoto. "Sono al 39° giorno di gara dei 70 previsti", racconta, con un filo di voce. "Dei 16 partecipanti iniziali, siamo rimasti in otto. In media bevo un litro d'acqua all'ora, corro 10 ore al giorno, consumo una media di 5500 calorie al giorno per resistere".

Un'impresa, la sua, che va oltre la competizione (e la fine della gara prevista per il 27 agosto). "La difficoltà sta nel cambio dei fusi orari - riprende Alex - e nell'attraversamento del deserto della California e dell'Arizona, così come i picchi montagnosi del New Mexico o le pianure dell'Oklahoma. Correre a 50 gradi per 10 ore al giorno mi ha messo a dura prova, ma la preparazione alla gara si sta rivelando azzeccata". A effettuarla sono stati un team di esperti, tra cui gli psicologi Giuseppe Vercelli e Max Damoli e il personal trainer Simone Bortolotti, "che mi hanno aiutato a portare la corsa ad una determinata velocità, così che nel lungo tragitto possa consumare poca energia con una tecnica di corsa poco traumatica per le articolazioni".

E pensare che Alex era destinato a una carriera da broker. "Stavo perdendo tempo con i numeri". Eppure con i numeri (e i record) Bellini ha ancora molto a che fare.



NUOVA BMW SERIE 1. UNA NOVITÀ CHE NON PASSERÀ INOSSERVATA.

SCOPRITELA DURANTE LA BMW BURTON SUMMER EXPERIENCE.

San Teodoro 21-24 luglio
Porto Pollo 27-31 luglio

Per maggiori dettagli sulla Nuova BMW Serie 1 cliccate qui.

BMW EfficientDynamics
Meno consumo. Più piacere di guidare.



1 2

YOOX.COM

SCOPRI I SALDI FINO AL -70% EXTRA COLLEZIONE PRIMAVERA-ESTATE



+ I suggerimenti di Traveller per viaggi al top

+ Apri il tuo Blog su MenStyle.it

TRAVELLER
Condé Nast
Traveler

Nuova Jeep®
Compass

Promotion

RW REPORT

PANGEA E IL RUNNING



Li abbiamo sostenuti e continueremo a farlo. Sono gli amici della **Fondazione Pangea Onlus**, l'organizzazione no profit che dal 2002 lavora per favorire

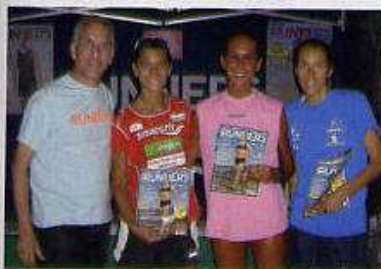
condizioni di sviluppo economico e sociale delle donne e delle loro famiglie. Sono venute a trovarci in redazione (nella foto con il vicedirettore Vittorio Nava) **Silvia Redigolo** (Front Office e Responsabile singoli donatori) e **Marina Tomacelli Filomarino** (Responsabile Ufficio Stampa, PR ed Eventi) che proprio in collaborazione con RW hanno aderito al Charity Program 2011 della Milano City Marathon. La visita ha posto le basi per un'intesa più ampia che vedrà ancora coinvolti prossimamente *Runner's World* e Pangea.

CARTOLINA PREMIATA



Si è aggiudicato la bella felpa griffata Milano City Marathon il nostro lettore **Antonio Mazzoni**. Si era fatto fotografare dalla fidanzata mentre correva sull'Isola Pasion, in Messico. Pubblichiamo la sua cartolina su RW di aprile di quest'anno. Nella foto, Antonio si trova in mezzo agli amici runners Andrea (a sinistra) e Cristiano (a destra) alla fine dei 30 km della Cortina-Dobbiaco dello scorso 5 giugno.

UN GRAN BEL TERZETTO



Sono state le dominatrici della tappa ravennate di **Gazzetta Run**. E salendo sul podio si sono aggiudicate anche un abbonamento a *Runner's World*. Sono **Eliana Patelli** (la vincitrice, in rosa), **Sara Berti** (seconda, in azzurro) e **Paola Sanna** (terza, in rosso), qui con il direttore Marchei allo stand di RW.

LE GUIDE DI RW

Fra le opportunità che il website ufficiale di *Runner's World* mette a disposizione degli utenti, vi è anche quella di scaricare in

formato digitale dei pratici manuali a tema. Sono le Guide di *Runner's World*. Si trovano nella sezione **Download** di Runnersworld.it alla voce Le Guide di RW. Nella foto, la proposta **il tuo anno migliore**, la guida che ti aiuterà a progettare una stagione di gare. Come? Programmando diversi tipi di distanze e differenti scenari. www.runnersworld.it/download-le-guide-di-rw



ALEX VA, JEEP LO SEGUE



Ormai Alex Bellini è lanciaatissimo verso la traversata statunitense di corsa della **LA-NY Footrace**, e questa immagine pre-gara la ricorderà come un piacevole momento di relax prima di affrontare gli oltre cinquemila chilometri da Los

Angeles a New York passando per ben quattordici stati. Era la presentazione ufficiale della sua avventura, organizzata dal main sponsor **Jeep**. Nella foto infatti Alex è in compagnia di Vittorio Nava, vicedirettore di RW (media partner dell'impresa di Bellini) di **Aurora Incardona** (prima a sinistra, Responsabile Web Communication Jeep Europa) e **Federica Pelissero** (Responsabile Brand Promotion Jeep Europa). www.jeep-people.com

L'IMPORTANTE È CORRERE



«La foto della mia prima "calzata" delle scarpette **SPIRA**, vinte con la RW Letter di Giugno 2011. Nella foto vengo ritratto sul campo di atletica

dello stadio Collana, in Napoli, dove solitamente mi alleno, in compagnia dei miei due gioielli, le mie bimbe Daria Francesca e Sveva». Più chiaro di così. A scrivervi è **Mario Filippo della Paolera**, da Napoli, che con la bella lettera dal titolo "Ancora corre" aveva convinto la Redazione all'unanimità. Complimenti Mario! E continua a seguirci.

DENTRO IL MONDO DI

RUNNER'S WORLD



Foto di MAURO TALAMONTI

ACTIVE

Il riposo di Alex

Deserti affrontati in solitaria. Oceani solcati su una barca a remi. Sempre solo. Per capire se stesso e raccogliere esperienze di vita utili a tutti. Gli mancava ancora una sfida: quella con la terraferma e le strade infinite. Di corsa. È la ragione che ha spinto Alex Bellini, valtellinese classe 1978 con l'avventura nel Dna, a mettersi in gioco e a schierarsi alla partenza della LA-NY Footrace 2011, una competizione un po' folle, da Los Angeles a New York. Oltre cinquemila chilometri senza sosta e con poche regole. Bellini (seguito da un super team tecnico-scientifico che oltre a supportarlo elaborerà la sua performance nel primo studio documentato riferito alla prestazione umana su una distanza del genere) sta sfidando la natura, i deserti e gli ambienti urbani assieme a uno sparuto gruppo di concorrenti. Lo aspettiamo al traguardo. —VITTORIO NAVA

È possibile seguire l'impresa di Alex Bellini alla LA-NY Footrace 2011 dal suo sito ufficiale (www.alexbellini.it), da quello dell'evento (www.lanyfootrace.com), dal blog www.jeep-people.com/it e naturalmente dal nostro website. La gara - la nona edizione dal 1928 - è partita il 19 giugno scorso da Huntington Beach, California, e si concluderà il prossimo 27 agosto a West Orange, New York. 5.132 km da percorrere in 70 tappe, attraversando 14 stati (California, Arizona, New Mexico, Oklahoma, Kansas, Missouri, Illinois, Indiana, Ohio, West Virginia, Pennsylvania, Maryland, New Jersey e New York). Unica regola: mantenere un ritmo minimo di circa 6 km/h per poter rimanere in gara. La somma di tutti i tempi determinerà l'atleta più veloce che, se arriverà a New York, vincerà la sfida. Alla partenza si erano schierati 15 atleti, sono rimasti in 8. Oltre ad Alex, un altro runner italiano sta tentando di raggiungere la grande mela: è l'ultratrail sardo Italo Orrù (www.italo Orrù.com/footrace).

MOMENTO DI... RELAX

LA-NY Footrace, 21ª tappa, 82 km. Occhi chiusi per Bellini: attimi di riposo prima di riprendere la corsa verso Abiquiu Lake, New Mexico

EDITO|08.2011

di ANDREA ROSSI



AVANTI TUTTA

Euno dei paradossi, uno dei tanti, della contemporaneità, sempre più veloce, sempre più complicata, sempre più sorprendente. Ascoltiamo musica ovunque, a casa, in auto, in ufficio, in giro per negozi, sui traghetti e sui treni, una lunga, interminabile colonna sonora della nostra vita, eppure... Eppure gli affari dell'industria discografica volgono al peggio e i negozi specializzati chiudono i battenti. Un flop mitigato dall'incremento dell'area digitale. Che, a sua volta, contribuisce in maniera decisiva ad affossare una certa idea di musica in tivù, ormai alla disperata ricerca di una nuova identità (dopo il talent show, *que reste-t-il?*, che rimane?). La musica, tutta la musica, quella del passato e quella del presente, è mixata in un enorme, sconfinato presente che mette sullo stesso, identico, piano temporale Bach e i Pink Floyd e i Kaiser Chiefs e Chet Baker, un presente che cancella il passato e ipotoca il futuro, un presente dilatato e illimitato. Be', in tutta questa confusione, "grande è la confusione sotto il cielo e dunque la situazione è eccellente", la musica continua a regalare emozioni, a conquistare nuove fette di "mercato", a stabilire una connessione sentimentale con

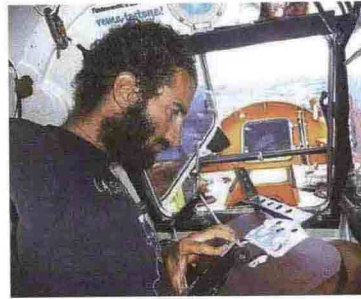
la sua gente, con tutti noi. E alla musica, a uno dei grandi protagonisti della musica italiana che meglio di altri sa interpretare la contemporaneità, *Max* dedica la cover di agosto e promette una nuova edizione Extra per iPad. *Max* bisca con Jovanotti l'operazione Ligabue di due numeri fa, un'operazione che mette in moto tutto il pianeta *Max*: carta (giornale, e sedicesimo distribuito a Campovolo il 16 luglio), sito, iPad, twitter, facebook. Questo è *Max*, oggi. Indietro non si torna.

A proposito di *Max*, ecco quattro idee per un agosto (molto) diverso: giro d'Italia in bicicletta per celebrare i 150 anni dell'Unità, 8.500 km e 150 città. In sella, due bergamaschi, Ugo Ghilardi, 54 anni, e Manuel Ardenghi, 34, e per seguirli: www.pedalaitalia.wordpress.com. Duemila km da Oxford all'Italia a 15 chilometri all'ora, tre ragazze (Margherita Tizzi, Francesca Bassi, Giulia Verrini) e tre tosaerba, www.bg-tour.eu. Da Londra a Istanbul veleggiando sui fiumi per 5.200 km, come sta facendo a budget zero, o quasi, Giacomo De Stefano, 44 anni, www.manoftheriver.org. Da Los Angeles a New York a piedi, 70 tappe in 70 giorni da 70 km l'una. Erano partiti in 16, ne sono rimasti otto, tra cui **Alex Bellini**, 33 anni, valtelinese: www.alexbellini.it. Il web gioca un ruolo fondamentale, per sentirsi meno soli, per lasciare traccia delle proprie imprese, per condividere sogni, per trovare nuovi amici... Entrare nel sito di *Max* è come fare un bellissimo viaggio di 365 giorni attraverso le cose belle della vita. Vi aspettiamo!

beOut EXTRA

La corsa coast to coast di Alex Bellini

È salito agli onori della cronaca con la straordinaria impresa dell'attraversata dell'Oceano Pacifico a remi, e dal 2008 Alex Bellini non ha mai smesso di pensare a nuove sfide, anche quelle 'apparentemente' impossibili come la LA-NY Footrace 2011. Di cosa si tratta? Una corsa podistica da Los Angeles a New York, un coast to coast che ha preso il via il 19 giugno, e che altro non è che l'attraversata degli Stati Uniti di corsa. Oltre 3200 miglia pari a 5000 chilometri, dalla California a New York City in 70 tappe, 70 giorni e 70 km al giorno.



In questa straordinaria impresa non poteva mancare l'affiancamento di Garmin, il leader mondiale della navigazione satellitare, che fornirà ad Alex Bellini alcuni strumenti GPS tra cui il modello Forerunner 310XT, prodotto ideale per i runner evoluti. Inoltre, sulla Jeep che funge da vettura di appoggio ad Alex (una scelta non casuale visto che l'azienda automobilistica compie 70 anni) è stato installato il nuovo Montana, il GPS cross-over ultimo nato in casa Garmin e la cui applicazione spazia dal mondo outdoor al fuoristrada motoristico fino alla nautica da diporto.

La LA-NY Footrace è una vera prova di resistenza, fisica e mentale. Si passa dal caldo torrido del deserto del Nevada alle temperature più rigide dei passi del New Mexico, dalla discesa verso le distese dell'Oklahoma ai numerosi fiumi del Missouri. E poi ancora Mississippi e Illinois fino alla Pennsylvania dove avviene un primo ritorno alla 'civiltà' per giungere infine ai grattacieli della Grande Mela, dove il sogno si realizza.

Questa massacrante gara, organizzata e promossa dall'ultramaratoneta Serge Girard richiede una preparazione atletica e mentale estremamente accurata. Ad accompagnare Alex in questa sua nuova sfida, uno staff di coach sportivi esperti in tecniche di respiro e ipnosi, che lo seguiranno e sperimenteranno con lui nuovi approcci per affrontare una corsa al limite della sopportazione fisica. E in tal senso i dati che emergono dallo strumento Garmin sono di fondamentale importanza per monitorare la prestazione e fare un'analisi attenta del comportamento dell'atleta.



WISE INCONTRI

Vedi tutti >>

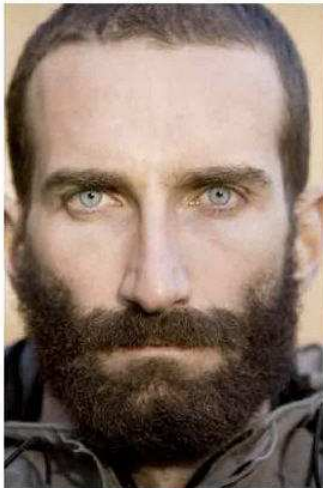
Alex Bellini: 5000 chilometri di corsa per aiutare chi non può più camminare

Vincenzo Petraglia

4 agosto 2011

commenta | Tweet | |

TOPICS: Alaska, Alex Bellini, avventura, cause sociali, corse, oceano, paura, respirazione, sfide, viaggi e natura, viverci con lentezza.



Il fascino dell'avventura, il desiderio di conoscenza, il bisogno di oltrepassare i propri limiti sono stati da sempre il motore dell'evoluzione umana, ma ci sono uomini che hanno fatto della propria vita un'avventura continua lanciandosi in imprese ritenute se non impossibili quantomeno improbe. Uno di questi è **Alex Bellini**, 32 anni, valtellinese, autentico recordman con all'attivo molte spedizioni al limite, legate sempre a raccolte fondi per cause sociali, e due libri tratti proprio dalle sue avventure (*Mi chiamavano montanaro* e *Il Pacifico a remi*). Fra queste la traversata a piedi della parte marocchina del deserto del Sahara e delle distese ghiacciate dell'Alaska, oltre alle traversate in solitaria in barca a remi dell'Atlantico e del Pacifico. Il 19 giugno scorso è partito per la sua ultima sfida che dovrebbe portare a compimento **il 27 agosto: attraversare gli Stati Uniti di corsa**. Cinquemila chilometri da Los Angeles a New York in 70 giorni con una media di 70 chilometri al giorno che lo porteranno fra i paesaggi sconfinati del deserto del Nevada, le pianure assolate

dell'Oklahoma, i freddi rilievi del New Mexico. Si tratta della *LA-NY Footrace 2011*, una prova di grandissima resistenza fisica e mentale per la quale viene seguito costantemente da un team formato da un nutrizionista e un coach sportivo oltre a esperti in tecniche di respiro e ipnosi. Sul sito www.alexbellini.it si può seguire quotidianamente, in una sorta di diario di viaggio, la sua avventura e su www.jeep-people.com e www.garminrevolution.it vedere i racconti fotografici delle varie tappe.

INCONTRI CORRELATI



SALUTE & BENESSERE
Elisabetta Furlan: lo yoga, per i bambini, è benessere. E scuola di vita

- Roberto Sanlorenzo: imparate a respirare. Per vivere meglio
- Silvia Salvarani: Felicità di lunga vita in cinque mosse



SALUTE & BENESSERE
Roberto Sanlorenzo: imparate a respirare. Per vivere meglio

- Sky, la nuova tecnica antistress
- Claudio Mencacci: non tutto lo stress viene per nuocere

ARTICOLI CORRELATI



PIACERE & SOCIETÀ
Time in Jazz a Berchidda: musica per la Terra e l'ambiente. All'insegna delle contaminazioni



GENTE PER BENE
"PoveriVoi": requisiti e modalità per partecipare



GENTE PER BENE
Vuoi conoscere l'Africa vera? C'è una famiglia in Benin che ti aspetta

VIDEO CORRELATI

MAATMOX
 Scopri tutti i regali dei Partner 

LE VACANZE ESTIVE SONO UN SALASSO?

Martedì 09 Agosto 2011 00:40

Alex Bellini verso Indianapolis dopo i cangianti paesaggi della Route 66 e le cicatrici dei tornado

di Redazione MS

[Grandezza carattere](#) | [Stampa](#) | [E-mail](#)

Valuta questo articolo  (0 voti)



Il Missouri si para davanti al "runner" lombardo nella cui gambe ci sono ormai 3.000 km *Mauro Talamonti*

Dopo una notte passata in una stazione di Vigili del Fuoco, la corsa di Alex Bellini arriva in Missouri. Il caldo torrido, che ormai è compagno di viaggio stabile del runner lombardo e che ha raggiunto picchi fino a 43 gradi con il 40 per cento di umidità, viene superato dall'atleta con forza mentale e tecniche di idratazione sempre diverse ed aggiornate ai momenti della giornata.

Mai negli ultimi 25 anni nelle zone dello Stato attraversato dalla corsa il termometro ha infatti registrato temperature così alte.

Il 28 luglio è stata la giornata finora più dura della "LA-NY 2011", la corsa a piedi che mira a congiungere Los Angeles con New York. Dopo una tappa di 86 km (più di 2.800 totali), Alex Bellini ha dovuto gestire una fatica che inevitabilmente diventa un problema.

Quella "fatica infinita", così definita dal podista di Aprica, diventa un punto di forza per ripartire, tanto che a fine tappa scriverà: "Saranno questi i momenti che mi serviranno dopo Nuova York". Il momento più toccante è stato il passaggio nella cittadina di Joplin, distrutta solo due mesi fa da un tornado che ha lasciato visibile tra le macerie delle abitazioni il tragico passaggio.

Colline e boschi cambiano spesso lo sfondo del viaggio e la mitica Route 66 si ripresenta dolce sotto i piedi degli atleti. Venerdì 5 agosto i partecipanti alla gara sono arrivati in Illinois soltanto per quattro giorni, dopodiché sarà la volta di Indianapolis, capitale dello Stato dell'Indiana e della famosa 500 Miglia automobilistica che quest'anno ha compiuto un secolo di vita. A quel punto i chilometri totali nelle gambe degli atleti saranno più di 3.800.

Per chi volesse ascoltare notizie sulla gara dalle parole autentiche di Alex Bellini, va detto che egli racconterà il suo viaggio in diretta su "Radio 24" all'temo del programma "Mine Vaganti".

Link: <http://www.alexbellini.it>, <http://www.jeep-people.com> e <http://www.garmin-revolution.it>

VOTA
 i valori della
 mentalità sportiva

TEST
 misura la tua
 mentalità sportiva

IL TOP & IL FLOP DELLA SETTIMANA



Luca Dotto



Ménage à trois
 Pellegrini-Marin-Magnini



L'EDITORIALE DEL DIRETTORE - Gianluca Tavellin



Quando il calcio aveva mentalità sportiva
 Dopo gli ultimi scandali che hanno "bucato" il pallone, mi sono chiesto... [\(leggi\)](#)

150 ANNI D'ITALIA - Gabriele Testi



Adottare una strada per salvare più vite
 Assistiti aggrediti e assassinati in quanto "colpevoli" dell'uccisione fortuita di un cane... [\(leggi\)](#)

VERSO LONDRA 2012 - Nicolò Menaldi



E' nel nuoto l'Italia migliore (e vincente)
 L'editoriale di questa settimana, permettemelo, di diritto parla di nuoto... [\(leggi\)](#)

Gardaland HALF MARATHON
 DOMENICA 2 OTTOBRE 2011



24 ORE DI SPORT
tutto lo sport 24/7

Giovedì 25 Agosto 2011

casait trova la casa giusta per te! Più di **700.000** annunci di vendita e affitto. [Cerca Subito](#)

ALTRI SPORT

- HOME
- Primo piano
 - Calcio
 - Calciomercato
 - Ultim'ora
 - Altri sport
 - Formula 1
 - Moto

SONDAGGIO

QUALE SQUADRA SI È RAFFORZATA DI PIÙ DOPO IL PRIMO MESE DI CALCIOMERCATO?

- milan
- inter
- roma
- juventus
- napoli
- lazio
- palermo
- genoa
- fiorentina
- udinese

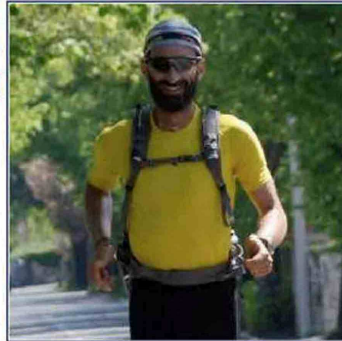
Vota

[Risultati]

ALTRI SPORT

L.A-N.Y FOOTRACE 2011 ORMAI CI SIAMO

25.08.2011 08:49 di [Alberto Ungarelli](#) articolo letto 23 volte



E' in dirittura di arrivo la L.A-N.Y. Footrace 2011 con gli atleti che hanno ultimato la 67ma tappa da Lancaster a Kutztown, avendo già percorso 4938,3 chilometri in un caldo torrido, come da noi in Italia. Dei diciassette partiti ne sono rimasti in dieci con due italiani, **Alex Bellini** e Italo Orru. Quest'ultimo sta disputando un'ottima prova ed è terzo in classifica generale. Da notare che in testa c'è il tedesco Peter Bartel che sta partecipando con una sorta di bicicletta a spinta, senza pedali, e dunque non viene considerato ai fini della graduatoria finale.

Tappe finali:

25.08.2011	Kutztown Washington	di 77,5 Km
26.08.2011	Washington W. Orange	di 82,9 Km
27.08.2011	W. Orange New York	di 55,3 Km

Atleta	Tempo impiegato in ore
Peter Bartel	437:53:14
Rainer Koch	496:30:59
Patrick Malandain	582:24:18
Italo Orru	600:35:48
Serge Girard	650:38:26
Anneke Kuiper	659:07:12
Alexandro Bellini	707:07:35
James Adams	735:18:58
Makoto Koshita	787:18:22
Yoshiaki Bando	799:01:37

*SOCCER TOWN - MAGLIE UFFICIALI

[Consiglia](#) [Registrazione per vedere cosa consigliano i tuoi amici.](#)

[Stampa la notizia](#)

[Invia ad un amico](#)

EDITORIALE di Roberta Zambianchi

UN REAL MADRID, DALLE STELLE ALLE STALLE!



"Dalle stelle alle stalle", questo è, in una frase, il Real Madrid dall'11 Luglio ad oggi. Partiamo dall'ottima tournée americana in cui i Biancos hanno batutto prima i Los Angeles Galaxy per 4-1, poi per 3-0 a San Diego il Chiva...

PIÙ LETTE:

OGGI IERI

- L.A-N.Y Footrace 2011 ormai ci siamo
- Classifica Fifa, Italia +1
- F1, Senna al posto di Heidfeld
- Passa l'Arsenal, Udinese a testa alta
- Basket, Seconda vittoria all'Acropolis

CALCIO

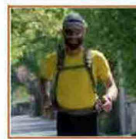
AL VILLARREAL BASTA GIUSEPPE ROSSI



C'è da domandarsi come un giocatore come Giuseppe Rossi non abbia ancora un posto in prima fila in una squadra di livello una ...

ALTRI SPORT

L.A-N.Y FOOTRACE 2011 ORMAI CI SIAMO



E' in dirittura di arrivo la L.A-N.Y. Footrace 2011 con gli atleti che hanno ultimato la 67ma tappa da Lancaster a Kutztown, avendo

SPORT ESTREMI ORE DI ANGOSCIA A CAUSA DEL MALTEMPO MA ALLA FINE HA FESTEGGIATO L'ENNESIMA IMPRESA

Bellini più forte anche dell'uragano Irene Dopo 5.000 km di corsa è a New York

di PAOLO CROCE
e ROSARIO PALAZZOLO

— APRICA —

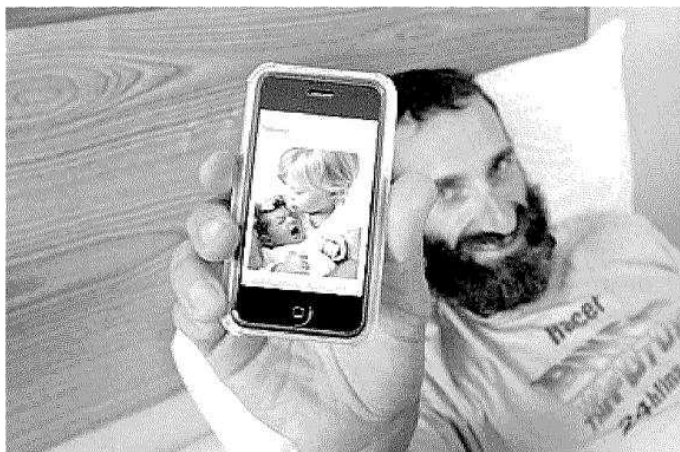
«**GUARDA, ALEX** è appena arrivato a New York, è stanchissimo ma felice. L'uragano Irene? Certo che ero preoccupata ma Alex mi ha detto di stare tranquilla, l'unica cosa è che è saltata è stata la grande festa in programma al Central Park». Francesca Urso Bellini ha appena partorito la seconda figlia, Margherita ma deve pensare anche al marito "scavezzacollo" che si dedica agli sport estremi. Settanta giorni per percorrere più di 5000 chilometri. Due mesi o poco più per compiere l'impresa più folle d'America, correre da Los Angeles a New York attraversando tutti gli Stati Uniti un passo dopo l'altro, tra strade desolate, grandi metropoli, deserti infuocati e montagne pregne di pioggia. Ieri pomeriggio, mentre New York era barricata

per l'arrivo dell'uragano Irene, il valtellinese Bellini ha quindi tagliato alle 19 (ora italiana, 13 negli Usa) il traguardo della L.A. -N.Y. Footrace.

LE ULTIME 30 MIGLIA, quelle che lo hanno portato nel cuore della Grande Mela, sono state le più difficili, non soltanto perché dopo oltre due mesi non si vede l'ora di tornare a casa, ma anche perché i concorrenti della Footrace hanno dovuto affrontare l'emergenza uragano. Prima che le grandi piogge si abbattessero sulla città Alex e la carovana di 10 atleti rimasti in gara dopo 70 giorni d'inferno, hanno attraversato il Washington Bridge, l'unico ponte pedonale rimasto aperto per accedere al centro di New York. Un'ora più tardi hanno tagliato il traguardo di Time Square, dove ad attenderlo c'era la figlioletta Sofia per correre insieme a lui gli ultimi metri di questa avventura dello sportivo valtellinese.

«**E UN MOMENTO** che aspetto da una vita, da quando è cominciata questa pazzesca corsa attraverso gli Stati Uniti e l'idea di correre assieme le ultime centinaia di metri mi riempie di emozione», aveva confessato il giorno prima sul suo blog. Come detto questa volta la pazinete moglie Francesca lo attende a casa, insieme alla piccola Margherita, venuta alla luce il 22 agosto, altra sorpresa di questa pazzesca estate.

ALEX BELLINI, 33 ANNI, e con all'attivo diverse emozionanti avventure come la traversata degli oceani in barca a remi, ha vissuto questi 70 giorni come la realizzazione del sogno di ogni grande esploratore per il quale nulla è impossibile. In 70 giorni, correndo sulle strade d'America con temperature che sono arrivate a superare i 50 gradi, ha sfidato i suoi compagni d'avventura, ma prima di tutto se stesso, il suo spirito e il suo fisico, che si sono plasmati a queste enormi fatiche.
Bravo Alex.



Alex mostra con orgoglio le figlie Sofia e Margherita (Mauro Talamonti)





Bellini più forte anche dell'uragano Irene Dopo 5mila km di corsa è a New York

Ore di angoscia a causa del maltempo che sta attanagliando gli Stati Uniti, ma alla fine il vattellinese ha festeggiato l'ennesima impresa



Aprica, 28 agosto 2011 - «Guarda, Alex è appena arrivato a New York, è stanchissimo ma felice. L'uragano Irene? Certo che ero preoccupata ma Alex mi ha detto di stare tranquilla, l'unica cosa è che è saltata è stata la grande festa in programma al Central Park». Francesca Urso Bellini ha appena partorito la seconda figlia, Margherita ma deve pensare anche al marito "scavezzacollo" che si dedica agli sport estremi.

Settanta giorni per percorrere più di 5000 chilometri. Due mesi o poco più per compiere l'impresa più folle d'America, correre da Los Angeles a New York attraversando tutti gli Stati Uniti un passo dopo l'altro, tra strade desolate, grandi metropoli, deserti infuocati e montagne pregne di pioggia. Ieri pomeriggio, mentre New York era barricata per l'arrivo dell'uragano Irene, il vattellinese Bellini ha quindi tagliato alle 19 (ora italiana, 13 negli Usa) il traguardo della L.A.-N.Y. Footrace.

Le ultime 30 miglia, quelle che lo hanno portato nel cuore della Grande Mela, sono state le più difficili, non soltanto perchè dopo oltre due mesi non si vede l'ora di tornare a casa, ma anche perchè i concorrenti della Footrace hanno dovuto affrontare l'emergenza uragano. Prima che le grandi piogge si abbatesse sulla città Alex e la carovana di 10 atleti rimasti in gara dopo 70 giorni d'inferno, hanno attraversato il Washington Bridge, l'unico ponte pedonale rimasto aperto per accedere al centro di New York. Un'ora più tardi hanno tagliato il traguardo di Time Square, dove ad attenderlo c'era la figlioletta Sofia per corre insieme a lui gli ultimi metri di questa avventura dello sportivo vattellinese.

«È un momento che aspetto da una vita, da quando è cominciata questa pazza corsa attraverso gli Stati Uniti e l'idea di correre assieme le ultime centinaia di metri mi riempie di emozione», aveva confessato il giorno prima sul suo blog. Come detto questa volta la pazineta moglie Francesca lo attende a casa, insieme alla piccola Margherita, venuta alla luce il 22 agosto, altra sorpresa di questa pazza estate.

Alex Bellini, 33 ANNI, e con all'attivo diverse emozionanti avventure come la traversata degli oceani in barca a remi, ha vissuto questi 70 giorni come la realizzazione del sogno di ogni grande esploratore per il quale nulla è impossibile. In 70 giorni, correndo sulle strade d'America con temperature che sono arrivate a superare i 50 gradi, ha sfidato i suoi compagni d'avventura, ma prima di tutto se stesso, il suo spirito e il suo fisico, che si sono

ADTECH
AD SERVING

The One Stop Solution for your Ad Management!

THE WORLD OF MARKETING TECHNOLOGIES

ADTECH

THE WORLD OF MARKETING TECHNOLOGIES

ADTECH

PUBBLICITÀ LOCALE

IL GIORNO

Campionato di giornalismo!

PRONTO imprese

Cosa cerchi?

Professionisti	Auto
architetti, avvocati, commercialisti, geometri, ingegneri, notai	autonoleggi, carrozzerie, concessionarie, elettrauto, gommisti, riparazioni auto
Salute	Per la casa
dentisti, dermatologi, erboristerie, farmacie, fisioterapisti, pediatri, psicologi	imbianchini, idraulici, imprese edili, traslocatori
Ristoranti e bar	Bellezza e benessere
bar, gelaterie, pasticcerie, pizzerie, ristoranti	istituti di bellezza, palestre, centri benessere, parrucchieri

Alex Bellini conclude la leggendaria "Los Angeles-New York Footrace" 2011"

17.00 - 29 agosto, 2011 in Jeep, Motori

Dopo 70 giorni, 5.000 chilometri, circa 70 percorsi quotidianamente, sabato 27 agosto Alex Bellini ha raggiunto New York concludendo la "LA-NY Footrace 2011", l'ultramaratona transamericana partita il 19 giugno da Huntington Beach, California. Accolto trionfalmente nei pressi dello storico "Tavern on the Green" del Central Park, all'altezza della 67 strada, l'atleta ha attraversato quindi Stati: dal caldo torrido del deserto del Nevada alle temperature più rigide del New Mexico, per scendere verso le distese dell'Oklahoma, superare il Missouri con i suoi fiumi, il Mississippi e l'Illinois fino alla Pennsylvania e raggiungere infine i grattacioli della Grande Mela.



Ai di là della performance atletica, la sfida di Alex Bellini è stata una prova di resistenza, fisica e mentale, oltre che un viaggio di conoscenza e un'avventura emotiva indimenticabile. «Attraversare gli Stati Uniti di corsa è molto più che correre, forse è tutto tranne che correre - aveva dichiarato Bellini prima della partenza - È esprimere liberamente la mia passione per la vita, dedicarmi del tempo e farlo nella maniera più libera che conosco: viaggiare. È il desiderio di compiere un viaggio leggendario con l'obiettivo di fare un nuovo percorso dentro me stesso. Questo viaggio in fondo non è nient'altro che un pretesto per sperimentare sulla mia persona un'ampia gamma di emozioni che percorrendo una strada diversa so per certo di non poter provare».

Al suo fianco Jeep - il leggendario marchio americano sinonimo di libertà, avventura, autenticità, passione ed unicITÀ - che celebra proprio quest'anno il suo settantesimo anniversario. Oltre ad essere stato Main Sponsor di questa straordinaria avventura, il marchio ha messo a disposizione del team che ha seguito Alex Bellini un Jeep Wrangler Unlimited, nella versione Sahara equipaggiato con il potente motore 3.6 V6 benzina da 199 CV e cambio automatico a quattro marce.

Avvincente il suo diario di viaggio condiviso sui siti www.alexbellini.it, www.jeep-people.com, www.garminrevolution.it, che ha permesso di vivere giorno dopo giorno tutte le emozioni, le difficoltà, le gioie di un'impresa estenuante affrontata con il supporto di un team di grande esperienza e professionalità. Ecco uno dei post diffusi su internet: "23esimo giorno, la tappa da Velarde a Palo Flechado Pass è forse la migliore tappa fino ad adesso... Ho vissuto uno di quei momenti che mi ricorderò per tutta la vita... Ero nel "Tluso". Quello stato di grazia in cui ogni atleta desidera trovarsi, almeno una volta. Oggi è tutto come vorrei che fosse sempre".

Un'avventura affascinante che si aggiunge alle precedenti tra cui nel 2000/2001 la New York City Marathon e la Marathon des Sables; nel 2002/2003 due edizioni dell'Alaska Ultraspport, nel 2005 la

Tipologia Cerca



Articoli recenti

- Nikon Coolpix S1200pj, per scattare e condividere
- Intervista esclusiva a Zdenek Zeman e Pep Guardiola
- Trust ha la borsa da notebook perfetta per tutti
- Potenza grafica avanzata e certificazione degli ISV per la scheda madre P8B WS di ASUS
- Ai primi freddi ci pensa Salewa

Commenti recenti

- GIUSY su Dopo il mondo di Patty online anche Incorreggibili
- alexandrio su Claudio Ferrari non c'è più, da oltre vent'anni colonna portante della Grecogomme Racing
- elisa su Dopo il mondo di Patty online anche Incorreggibili
- daniele su Dopo il mondo di Patty online anche Incorreggibili
- Veronica su Chevrolet Spark, prova su strada

Focus

- smart times 11
- La sfida per costruire la vostra Metropoli ha inizio
- Agrodolce No-On Bag, ideale sia per il lavoro che per il tempo libero

MAATMOX
Scopri tutti i regali dei Partner

WORKSHOP mentalitasportiva.it
Corvara (BZ) - 2 Settembre 2011
TATTICHE E STRATEGIE DI SQUADRA

Martedì 30 Agosto 2011 16:34

Alex Bellini quinto a New York dopo 5.000 km di traversata coast-to-coast e il... ciclone Irene

di Redazione MS

Grandezza carattere Stampa E-mail Galleria immagini

Valuta questo articolo (0 voti)



Il corridore di Agrica rabbraccia la piccola Sofia fra i grattacieli

Si è conclusa felicemente nel cuore di New York, sabato 27 agosto intorno alle 12.40 ora locale, l'entusiasmante corsa di Alex Bellini dalla costa dell'oceano Pacifico a quella dell'Atlantico, dopo 70 giorni e gli oltre 5.000 chilometri della "LA NY Footrace 2011", che ha visto all'arrivo otto concorrenti, dei 16 partiti sui 21 iscritti.

Gioia, felicità, soddisfazione sono solo alcune delle forti emozioni vissute dal corridore di Agrica al momento di giungere al traguardo, improvvisato a Times Square per precauzione in vista dell'arrivo dell'uragano Irene. Il maltempo ha cambiato i piani e addirittura si è temuto che i corridori non potessero accedere a Manhattan.

"Brade deserte da day after", ha raccontato il runner lombardo, campione di mentalità sportiva e dei suoi valori etici: "L'arrivo è avvenuto sotto una leggera pioggia in una New York che non rivedremo mai più così vuota. La città sembrava si fosse paralizzata per il nostro arrivo", ha affermato Alex dopo aver attraversato il Washington Bridge con il cuore sospeso per la paura che questo venisse chiuso per motivi di sicurezza. Ha avuto però la gioia di percorrere gli ultimi metri insieme alla piccola Sofia, eccitata nelabbracciare il papà.

"Ho una sensazione di vuoto", ha continuato Alex. "Il viaggio è finito. L'occhio punta verso nuovi orizzonti. Rivedere mia figlia Sofia ha scatenato una miscelazione di emozioni, il desiderio di restare con lei a qualche metro dall'arrivo, l'idea di dover ancora tagliare il traguardo, l'eccitazione delle persone presenti, i fotografi e i giornalisti."

La classifica ha visto Alex chiudere al quinto posto in 746 ore, 26 minuti e 49 secondi, una prestazione di tutto rispetto per un non-specialista, ma soprattutto un viaggio fatto da raccontare come esempio vincente di esperienza oltre la competizione, alla ricerca di obiettivi personali e delle potenzialità delle proprie motivazioni.

Un'avventura che Alex vorrebbe potesse essere d'ispirazione per tutti e un'esperienza seguita in diretta da tanti appassionati attraverso i siti Internet sui quali ora si trovano le immagini e gli ultimi commenti alla tappa conclusiva.

In questi giorni prima del suo rientro in Italia previsto il 2 settembre, con scalo a Roma e Verona, Alex rimane a New York per alcuni incontri e contatti di grande interesse. Poi, sarà la volta di vacanze meritate al mare dal 3 settembre insieme alla famiglia per festeggiare la secondogenita Margherita, nata il 22 agosto scorso.

Link: <http://www.alexbellini.it>, <http://www.jeep-people.com> e <http://www.garminrevolution.it>.

VOTA
i valori della
mentalità sportiva

TEST
misura la tua
mentalità sportiva

IL TOP & IL FLOP DELLA SETTIMANA



Josafa Idem



Nazionale azzurra di Canoa



L'EDITORIALE DEL DIRETTORE - Gianluca Tavelin



Pistorius, Oscar dei valori sportivi
Ho avuto la fortuna di conoscere Oscar Pistorius tre anni fa ad un'anneona premiazione... (leggi)

150 ANNI D'ITALIA - Gabriele Testi



Adottare una strada per salvare più vite
Tassisti aggrediti e assassinati in quanto "colpevoli" dell'uccisione fortuita... (leggi)

VERSO LONDRA 2012 - Nicola Morali



Gli azzurri in NBA spingano l'Italia
Parte domani (mercoledì 31 agosto) l'Europeo di Basket, la massima competizione... (leggi)

Gardaland
HALF
MARATHON
DOMENICA 2 OTTOBRE 2011



autocritica spirito di sacrificio rispetto motivazione determinazione
competitività costanza responsabilità pazienza coerenza
proattività equilibrio curiosità affidabilità empatia intuito ottimismo
spirito di collaborazione altruismo lealtà passione concentrazione

www.giornal.it Giornal TV

Linka Servizi Redazione Pubblicità Help RSS

L'informazione indipendente on-line mercoledì 31 agosto 2011

Cerca

GIORNAL CAFFE | GIORNAL GREEN | GIORNAL 33 | GIORNAL COACH | GIORNAL ART | CONTROVERSE
GIORNAL CLUB | GIORNAL EAT | WEL(L)FARE | TREND TRENDY | CIAK
CRONACA POLITICA ECONOMIA SOCIETÀ | GIORNAL DI VIAGGIO | CULTURA | SPORT | SALUTE | ASTI



Stampa questo articolo
Invia a un amico
Inserisci un commento
Vai alla prima pagina

Giornal di viaggio

Coast to coast da Los Angeles a New York

Una sfida lunga una vita, **Alex Bellini** ha vinto ancora

di *Giorgio Fleri*

Nuova impresa e nuova vittoria per l'atleta **Alex Bellini** che il 27 agosto "giorno 70/70" ha portato a termine la "LA-NY Footrace", corsa di resistenza di 5000 km che attraversa gli Stati Uniti da Los Angeles a New York, divisa in 70 tappe e 70 giorni, per un media di 74 chilometri al giorno, raggiungendo il traguardo dopo 746 ore 28 minuti e 49 secondi. Una vita,

Un ingresso trionfale ha accolto i superstiti di questa estenuante corsa nella "grande mela", qui Alex è giunto nonostante i problemi fisici insorti nelle ultime settimane, causati da una brutta infiammazione al muscolo fibiale anteriore della gamba destra con gonfiore annesso.

Alex ha tenuto duro, portando a termine un'altra sfida delle sue: dopo le traversate degli oceani in solitaria con le quali ha scritto il suo nome nella leggenda della navigazione, adesso si è nuovamente messo alla prova con se stesso, con i suoi limiti e con la sua mente. Questa volta a piedi lungo le strade degli Stati Uniti: una traversata a piedi "coast to coast" da Los Angeles a New York, affrontando il caldo torrido di oltre 40° e le temperature rigide delle montagne e dei Parchi Naturali del Messico.

Definito "un uomo di montagna", in considerazione delle sue origini valtellinesi, **Alex Bellini** da sempre ha praticato ogni forma di sport che lo portasse a confrontarsi con la natura e la severità delle sue montagne, ma inaspettatamente quando decise di affrontare gli oceani molti pensarono ad una sua predisposizione nascosta per il mare e la vogata.

Con questa nuovo risultato invece, come era prevedibile, le cose si fanno più chiare e si trova conferma del fatto che è la mente a fare la differenza, che le imprese sono fatte di sforzo fisico e di fatiche ma tutto questo deve essere supportato dal pensiero e dalla ragione che devono predisporre la persona allo stress e alla stanchezza.

Alex Bellini è un fenomeno per i traguardi che ha raggiunto ma è sicuramente unico per le sue capacità intellettive che gli hanno reso fattibili cose all'apparenza impossibili.

30/8/2011

L'EDITORIALE

Università: professori e allievi in giunta alla ricerca della verità

Nella basilica del Monastero di San Lorenzo all'Esquilino, luogo emblematico dove "ragione e fede si sono fuse armoniosamente" Venerdì, 19 agosto 2011, Benedetto XVI ha incontrato i Padri Agostiniani, il cardinale di Madrid, i vescovi, i professori e professoresse, studenti, oltre alla...

Continua

Casale "Verso l'agenzia di sviluppo"
25 febbraio 2011

europamediaonline
giornal club

www.giornal.it
è su
foursquare
fate il check-in

cdc

La professionalità nel settore calzature dal 1934

CENTRO DISTRIBUZIONE CALZATURE S.r.l.
Via Pilo 30, ang. via Palermo
15100 Alessandria
Tel. 0131 265712
www.cdcfraga.it

Artes

Scuola delle arti
teatro - musica - teatro
Edizione online Festival Cagliari

Silvia Ferraris
danza e spettacolo

www.silviaferraris.it

vinciguerra vittoria

Via Milano, 39
15100 Alessandria
Tel. 0131 253646
Fax 0131 325740
gullino.vinciguerra@vittoria.it

Abbonati a **Wired**

Wired

IL MONDO CHE CAMBIA IN TEMPO REALE

REGISTRATI
LOGIN

NEWS
A CONFRONTO
BLOG
FOTO
VIDEO
INFOGRAFICHE

DAILY WIRED > FOTO

Los Angeles - New York sola andata. A piedi

Chi non ha mai sognato di fare gli Stati Uniti coast to coast? Alex Bellini l'ha fatto. Ma correndo. Ecco le prove

02 settembre 2011 di Niccolò Capitani

L'ultimo allenamento prima della partenza



Alex Bellini è un giovane italiano che ama l'avventura. Durante questi anni si è cimentato in una serie di imprese davvero strabilianti, ultima delle quali attraversare di corsa gli Stati Uniti partecipando alla [Los Angeles New York Foot Race 2011](#). Un percorso di oltre 3mila chilometri da LA alla Grande Mela che ha messo a dura prova la sua resistenza fisica e psicologica. Ma che lo scorso 27 agosto è riuscito a portare a termine, non senza difficoltà. Ci congratuliamo con Alex per la riuscita dell'impresa e vi proponiamo alcuni dei momenti più belli di questo lungo viaggio dal Pacifico all'Atlantico.

VOTA

Wired	19
Tired	1
Expired	1

WIRED NOW

Costruisci un POV e illumina le ruote della tua bici

WIRED LIFE 11:18

Segui

Like

136

Condividi

10 tweets

retweet

+1

1

FEELING

Wired

Tired

Expired

301

240

231

D

Top gallery



Le foto più importanti di sempre (secondo la Rete)



100 bufale a cui credono tutti



Tutti i prodotti della Apple, dal primo Mac all'iPad



150 brevetti più folli



50 loghi che non vedrai mai

D

I blog di Wired.it

Bellini fa Forrest Gump Los Angeles-New York a piedi in settanta giorni

Il runner camuno quinto alla Footrace 2011
«Ma che paura quando ho incontrato l'uragano»

■ Ce l'ha fatta, è andata, missione compiuta. E, come sempre capita, ci sono vari modi per raccontarla. Usiamo il più semplice, il più diretto: **Alex Bellini**, l'avventuriero camuno (ché «runner» sarebbe riduttivo) ha concluso il suo coast to coast americano da Los Angeles a New York «by foot», vale a dire a piedi. In settanta giorni. Che, facendo due calcoli facili facili, fanno settanta chilometri al giorno per un totale di quasi cinquemila.

In sostanza è come se uno corresse - perché bisogna correre, camminare non basta - quasi due maratone al giorno. Aggiungeteci il fatto che nel deserto dell'Arizona a luglio faranno quaranta gradi all'ombra (chi scrive c'è stato proprio quest'estate, e può

garantire) e capirete che si tratta di un'impresa vera e propria, senza troppi aggettivi. L'avventura di Bellini era iniziata a metà giugno e si è conclusa sabato 27 agosto nel cuore di New York, a Times Square, intorno alle 12.40 ora locale, quando ha tagliato il traguardo della sua prima «Footrace». Quinto posto. Sui sedici partiti, solo otto hanno concluso il percorso. Lui l'ha fatto in 746 ore, 28 minuti e 49 secondi: una prestazione di tutto rispetto per un non-professionista.

L'arrivo a Times Square non è stato semplicissimo, per via dell'emergenza legata all'arrivo dell'uragano Irene; addirittura s'era temuto che i corridori non potessero arrivare a Manhattan. Racconta Alex: «Le strade erano deserte, una

cosa da "day after". La gara si è conclusa sotto una leggera pioggia in una New York che non rivedremo mai più così vuota. La Grande Mela sembrava si fosse paralizzata per il nostro arrivo».

Il 32enne camuno ha attraversato il Washington Bridge «con il cuore sospeso per la paura che venisse chiuso per motivi di sicurezza», ma ha avuto la gioia di percorrere gli ultimi metri insieme alla sua bimba Sofia. «Rivederla è stata un'emozione fortissima. Ho una sensazione di vuoto, il viaggio è finito. Ma l'occhio punta già verso nuovi orizzonti». Quelli che non mancano mai, davanti agli occhi, nella mente e nel cuore di gente come lui, come l'Alex.

Carlos Passerini

c.passerini@gioaledibrescia.it

PRIMO PIANO DI WISE SOCIETY



Un sms solidale per sostenere le generazioni future



Patricia Urquiola: un pensiero positivo (e critico) per uscire dalla crisi



Attenzione al cibo "cattivo": può dare dipendenza come alcool e droghe



Antonio Maria Pascuto: cittadini e medici devono sapere di più sulle malattie



Fondazione Sodalitas: lo sviluppo manageriale del no profit

ARTICOLI

Vedi tutti >>

Los Angeles-New York Footrace 2011: il traguardo in 746 ore

Vincenzo Petraglia

6 settembre 2011

commenta Tweet 0 +1 0 Mi piace invia invia 0

TOPICS: Alaska, Alex Bellini, avventura, cause sociali, correre, Jeep, Los Angeles-New York footrace 2011, maratona, maratona di New York, maratona, oceano, paura, respirazione, sfide, ultramarathon, viaggi e natura, vivere con lentezza



Alex Bellini all'arrivo della NY Footrace 2011 (27 agosto, New York, Times Square).

746 ore, 28 minuti e 49 secondi. È il tempo impiegato da **Alex Bellini per portare a termine la sua ultima sfida:** attraversare di corsa gli Stati Uniti d'America dalla costa dell'Oceano Pacifico a quella dell'Atlantico. **Cinquemila chilometri in 70 giorni** percorsi mantenendo una media di 70 chilometri giornalieri. Numeri da capogiro ma non per uno come lui, abituato ad affrontare e vincere grandi sfide come queste, sempre in nome di una buona causa. Il 33enne atleta valtellinese era partito **il 19 agosto da Los Angeles** e, dopo aver attraversato gli sconfinati paesaggi statunitensi fra cui il deserto del Nevada, le pianure assolate dell'Oklahoma e i freddi rilievi del New Mexico, ha tagliato il traguardo sabato **27 agosto alle 12.40 ora locale, in una Times Square surreale a causa dell'uragano Irene** che proprio in quelle ore si stava dirigendo verso la Grande Mela. Ai nastri di partenza della NY Footrace 2011 si erano presentati 16 atleti, sui 21 iscritti, e di questi **soltanto 8 sono riusciti a completare la durissima gara.** E, fatto che rende ancora più titanica l'impresa di Bellini è il suo non essere un maratoneta professionista. Un grande successo dunque per lui e per il suo team, **formato da un nutrizionista, un coach sportivo ed esperti in tecniche di respiro e ipnosi.** Un risultato che si aggiunge alle innumerevoli altre imprese portate già a termine in passato dal campione di Aprica, fra le quali spiccano **le traversate a piedi della parte marocchina del deserto del Sahara (2001)** e le distese ghiacciate dell'Alaska (2002-2003). E poi quelle **in solitaria in barca a remi dell'Oceano Atlantico** (ben 10mila chilometri percorsi nel 2006 in 226 giorni fra Genova e Fortaleza, Brasile) e **dell'Oceano Pacifico** (18mila chilometri fra Lima e Sidney affrontati nel 2008).



Una foto che ritrae un abbraccio paterno con sua figlia Sofia

INCONTRI CORRELATI



PIACERI & SOCIETÀ
Eddy Cattaneo: il giro del mondo in 467 giorni, senza mai prendere l'aereo



PIACERI & SOCIETÀ
Stefano Bollani: imparare ad amare la musica per non sentirsi mai soli
A Piazza Armerina per suonare con i grandi del jazz

ARTICOLI CORRELATI



SALUTE & BENESSERE
Dagli spazi chiusi ai luoghi alti: come battere le fobie più comuni



SALUTE & BENESSERE
L'associazione che ti aiuta a sconfiggere la paura



PIACERI & SOCIETÀ
Time in Jazz a Berchidda: musica per la Terra e l'ambiente. All'insegna delle contaminazioni

VIDEO CORRELATI



ECONOMIA & IMPRESA
La catena di hotel a cinque foglie fa bene al Pianeta



SALUTE & BENESSERE
Silvia Salvarani e i 5 tibetani

WISE PEOPLE CORRELATI



Chiara Bisconti assessore



Alex Bellini atleta

CONSIGLI CORRELATI



PIACERI & SOCIETÀ
I consigli su misura per correre, o camminare, bene

PENSIERO CORRELATO

“ Gli amici, la vita, le illusioni ti possono anche tradire, la musica no

A cura di RCS Pubblicità InProject

ALEX BELLINI TRA VOGLIA DI ESPLORARE E DESIDERIO DI TORNARE

“L'avventura è la mia vita. Nel segno della passione”

Dopo avere attraversato due oceani in barca a remi, l'atleta valtellinese si è da poco lanciato nella “LA-NY Footrace”, corsa di cinquemila chilometri attraverso gli Stati Uniti, e mentre corre spiega cosa lo spinga a lanciarsi in sempre nuove imprese

Telefonare ad Alex Bellini significa farsi rispondere da uno che sta correndo ai bordi di una strada tra l'Illinois e l'Indiana, sfiorato dagli enormi tir americani, nel bel mezzo della “LA-NY Footrace”, gara di corsa che attraversa gli Stati Uniti da un capo all'altro. In tutto cinquemila chilometri correndo per 746 ore (e mezza). Chiamare Alex Bellini significa anche parlare con una persona che sta correndo da otto ore ma che nel frattempo può tranquillamente chiacchierare al telefono satellitare senza nemmeno farsi venire il fiatone. Mentre chi è seduto dall'altra parte della linea si chiede chi glielo faccia fare.

Io stesso - spiega Bellini - molte volte provo a trovare una ragione alla fatica che sto facendo in

questo momento e che faccio praticamente ogni giorno della mia vita, che io stia correndo o rimanendo. La mia risposta è rappresentata dal fatto di vivere la fatica nel modo più romantico possibile, perché è ciò che mi consente di compiere dei viaggi - attraverso il mare o i continenti - che sono sempre anche percorsi dentro me stesso. Questa fatica mi permette alla fine di fare ciò per cui sono nato. Ci sono troppe persone insoddisfatte della propria vita, perché non riescono a trovare il modo di esprimere le proprie necessità e i propri istinti. Io ho la fortuna di poterlo fare. Ogni volta che arrivo al traguardo raggiungo anche un obiettivo della mia vita personale, e in quel momento tutto mi è chiaro.

Qual è la molla che ti spinge?

In fondo, noi che attraversiamo gli oceani in



solitaria o corriamo da una costa all'altra dell'America siamo come gli avventurieri o gli esploratori di una volta. Certo, possiamo contare sulla tecnologia e avere orologi che ci dicono sempre dove siamo, che tempo farà o qual è la nostra frequenza cardiaca; ma la molla che ci spinge è la stessa di coloro che un tempo andavano a scoprire terre inesplorate. Siamo spinti dalla passione. Io mi alleno praticamente sette giorni su sette, cammino, corro, pedalo, remo: è necessario per mantenere il fisico nelle condizioni adatte a ciò che voglio fare. Ma non provo noia né sofferenza, proprio perché è la passione a spingermi.

Il percorso che porta una persona a correre ai bordi di una interstatale americana o a remare tutto solo su una barca a vela in mezzo a un oceano può essere molto lungo. Ma può anche avere una data precisa, più vicina di quanto si pensi.

Io ho un'immagine chiara, quella di un giorno del 2000 in cui stavo studiando Scienze bancarie e mi sono reso conto che in quel modo mi stavo costruendo un futuro diverso da quello che desideravo davvero. Ho avuto il coraggio di abbandonare tutto per cercarmi un'occasione e - per così dire - saltare sulla prima bicicletta che ho trovato per andare dove sognavo. Certo, i miei genitori avrebbero forse voluto un futuro diverso, secondo schemi classici; mi vedevano già laureato, con un posto serio e un lavoro fisso. Ma io sono riuscito ad avere la lucida follia necessaria per realizzare quello che volevo.

Effettivamente un posto meno fisso del tuo è difficile da immaginare.

Ma loro sono come tutti i genitori: l'importan-

te è che i figli siano felici, che facciano i cantanti di strada o che attraversino l'oceano. Così come è fondamentale che ogni cosa venga realizzata con passione, con amore per la vita e con la volontà di muovere il mondo.

Ci vuole anche una certa dose di coraggio.

Io non ricordo un solo giorno della mia vita in cui non ho avuto paura. Ma sono sempre stato accompagnato anche dalla volontà di vincere questa paura, ed è quella la compagna di viaggio che mi riporta a casa. La paura è importante, perché ci ricorda che bisogna sempre avere rispetto di ciò che siamo e di dove siamo, e che la natura non guarda in faccia a nessuno.

Cosa si pensa quando si è soli in mezzo all'oceano?

In questi casi sei solo con te stesso, ti puoi permettere di guardare l'orizzonte e di lasciar vagare la mente in un modo in cui non si può fare nella vita di tutti i giorni. E allora si pensa al senso della vita, alla morte, alle persone care che vorresti avere vicine. Perché alla fine siamo tutti come Ulisse, si viaggia sempre pensando che il vero traguardo è quando si arriva a casa.

E infine Ulisse arriva a casa.

Quello è il traguardo più bello, perché senti che hai fatto il tuo lavoro, hai fatto quello che dovevi fare, e ti godi la soddisfazione di stare vicino alle persone alle quali vuoi più bene. E magari hai anche il lusso di poter dormire fino alle 8:00, senza doverti alzare alle 4:00 per correre, come ho fatto io questa mattina. Quando si arriva a casa è il momento in cui scoppia la pace. ■



Alex Bellini

Alex Bellini, 34 anni, valtellinese, è noto per una lunga serie di imprese estreme compiute negli ultimi dieci anni. Come la Maratona delle sabbie nel deserto del Marocco (corsa a tappe di 250 chilometri) o l'Alaska ultrasport (due edizioni da 600 e 1400 chilometri, a piedi trainando una slitta). Ma le sue imprese più conosciute sono le attraversate oceaniche a remi in solitaria. Quella dell'Atlantico si è conclusa, grazie agli sponsor, con la donazione di 58.000 euro per la costruzione di un centro-accoglienza infantile in Brasile. Quella del Pacifico è stata poi da lui stesso raccontata alla prima edizione del Festival del Racconto di Viaggio in Valtiberina. Nel corso dell'estate ha partecipato a una corsa attraverso gli Stati Uniti, da Los Angeles a New York.