

## Nuova impresa dei coniugi “di ferro” del Pezzutti a Kona

Elisabetta Villa 2ª di categoria al Mondiale Ironman,  
Alessandro Valenti tra i primi 50. Entrambi sotto le 10 ore.



15/10/2019 di

Ancora una grande impresa dei “coniugi di ferro” del Triathlon Team Pezzutti all'IRONMAN World Championship di Kona, alle isole Hawaii. **Alessandro Valenti** ed **Elisabetta Villa**, specialisti delle lunghe distanze, nella notte tra sabato e domenica hanno portato a termine con successo la massacrante gara nella culla del triathlon. A Kona sul finire degli anni Settanta, infatti, si è svolto il primo Ironman della storia, che prevedeva, come oggi, **3,8 km a nuoto, 180 km in bicicletta e 42 km di corsa**.

**Villa** ha confermato il fantastico risultato del 2018, conquistando il **2° posto nella categoria F45-49** e il **12esimo tra tutte le Age Group donne** (41esima assoluta complessivamente nella classifica donne), facendo segnare la miglior prestazione tra le italiane al via. “Wonder Betta” ha completato il percorso in 9:55:51. **Valenti** ha centrato il suo obiettivo di scendere **sotto le 10 ore** e di arrivare **tra i primi 50 di categoria**: così è stato ed Alessandro ha chiuso al 48° posto nella categoria M45-49, su 298 finisher. Il suo tempo al traguardo è stato 9h 58' 02”.

«La sera prima della gara c'è stato un temporale e all'alba il mare era mosso – racconta Elisabetta – e io ho sofferto un po' uscendo dall'acqua, con un ritardo di un paio di minuti rispetto allo scorso anno. La prima parte di bici, invece, è andata bene, meglio del previsto, ma intorno al 45 chilometro si è alzato un fortissimo vento laterale, con raffiche molto pericolose, per cui io ho deciso di non rischiare calando il ritmo. Questo vento ci ha accompagnato fino alla salita di Hawaii (dove c'è il giro di boa) e ritorno. Non ci ha consentito di prendere velocità in discesa, nella speranza di recuperare il tempo perso. Poi, rientrando verso Kona, il vento ha sfortunatamente cambiato direzione ed abbiamo iniziato a pedalare con un vento frontale che in alcuni punti non consentiva di superare i 12km/h! E' stata dura, soprattutto di testa, per non mollare e continuare a spingere.

Alla T2, sono arrivata più stanca del previsto e ho cominciato a correre con la paura che le gambe, dopo lo sforzo contro vento, non riuscissero a tenere. Dopo i primi chilometri, invece, ho impostato un ritmo costante e sostenibile, che mi ha consentito di chiudere la maratona in 3h 16', un tempo del tutto inaspettato. Posso dire di essere molto soddisfatta di come sono riuscita a reagire, togliendomi una bella soddisfazione nella frazione finale, arrivando a pochi minuti dalla danese Sommer».

«Condivido l'analisi di Elisabetta – prosegue Alessandro – lo questa volta mi sentivo meglio a nuoto, per cui ho fatto un tempo simile al 2017, sotto l'ora, uscendo più fresco e lucido, con una transizione molto veloce. Nella frazione bike, tranne nella prima parte, ho avuto problemi a gestire la gara trovandomi spesso sotto ritmo. Una bici non molto soddisfacente, ma che non mi ha tolto troppe energie. Quindi sono sceso in T2 in buone condizioni, perdendo solo qualche secondo per una sosta fisiologica. Per i primi 10 chilometri ho avuto un ritmo ottimo senza soffrire, poi ho iniziato ad avere problemi intestinali. Mi sono dovuto fermare e perdere un po' di tempo, ma al 30esimo chilometro mi si è riaccesa la lampadina e ho ricominciato a correre bene fino all'arrivo, centrando il mio obiettivo di scendere sotto le 10 ore e nei primi 50, dando il 100% di quello che avevo nell'ultima frazione».

Un risultato da incorniciare per la coppia di triatleti residenti a Porcia, che premia i grandi sacrifici e gli allenamenti fatti per preparare al meglio una gara unica nel suo genere, **il sogno di ogni triatleta**, che anche quest'anno ha richiamato oltre duemila tra i migliori specialisti del mondo sulle lunghe distanze.

Fonte: Comunicato stampa

**Forse ti può interessare anche:**

» [Triathlon medio, Elisabetta Villa campionessa europea di categoria](#)

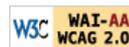
- » [Mezzo Ironman, Villa in Romania con la nazionale](#)
- » [Triathlon, Elisabetta Villa all'IRONMAN Argentina](#)

Non sei abilitato all'invio del commento.

Effettua il  per poter inviare un commento

---

[Dichiarazione di accessibilità](#) | [Privacy](#) | [Amministrazione trasparente](#)



---

Copyright © 2008 Il Popolo di Pordenone - Diocesi di Concordia – Pordenone

Opera Odorico da Pordenone Editrice de Il Popolo – Via Revedole 1, 33170 Pordenone - Tel. 0434/520662 - 520332 Fax 0434/20093 - Partita Iva 00445290935 Codice Fiscale 80000710931 – Iscritto al n.6644 del ROC

Il Popolo percepisce i contributi pubblici all'editoria. Il Popolo, tramite la Federazione italiana Settimanali Cattolici ha aderito all'Istituto dell'Autodisciplina Pubblicitaria accettando il Codice di Autodisciplina della Comunicazione Commerciale.