

ATLETICA

Howe riprende quota: torna a correre e volerà a Los Angeles

Salterà la stagione indoor per preparare la difesa del titolo europeo a Barcellona. Da metà gennaio si allenerà negli States

di NAZARENO ORLANDI

L'obiettivo è fin troppo chiaro: difendere a Barcellona l'oro europeo conquistato a Göteborg nel 2006 e scacciare i fantasmi che lo perseguitano da due stagioni. Per **Andrew Howe**, la lunga strada che porta al ritorno in pedana è da ieri un po' meno ripida: a circa tre mesi dall'operazione al tendine d'Achille sinistro, il saltatore reatino può ricominciare a correre. E' il verdetto del controllo medico effettuato ieri all'Istituto di Medicina dello Sport del Coni dal professor Sakari Orava, lo specialista finlandese che lo ha operato il 1° settembre: «Stando tutto come ci aspettavamo, mi

ritengo molto soddisfatto», ha spiegato il talento dell'Aeronautica, che dopo essere finito sotto i ferri ha svolto un mese e mezzo di riabilitazione in piscina all'Acquacetosa. Ma non dovrà forzare i tempi. «Per il momento niente salti e sprint - ha fatto notare il campione europeo - mi concentrerò sui lavori elastici e continuerò un paio di volte a settimana con la rieducazione». La preparazione vera e propria in vista degli europei inizierà a gennaio e per il terzo anno di fila Howe volerà oltreoceano: «Andrò a Los Angeles a metà gennaio, con mamma Renée e il tecnico federale Claudio Mazzaufo. Negli Stati Uniti ci darà una mano anche John Smith (il tecnico che lanciò Mauri-

ce Greene verso il trono dei 100 metri, ma fu accusato da Ato Bolton di dopare i suoi atleti, ndr)». Secondo il professor Carlo Tranquilli, soddisfatto dai progressi di queste settimane, «il clima secco di Los Angeles può aiutare il recupero». Per le conferme bisognerà aspettare maggio: Howe salterà tutta la stagione indoor, compresi i mondiali di Doha a marzo. «Potrò dire che il periodo nero sarà finito solo quando ricomincerò a gareggiare - ha rivelato il reatino - Non è escluso che corra anche qualche volta i 100 metri, ma solo per migliorare la velocità: mi serve per accelerare la rincorsa».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Andrew Howe



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.