

Sport

CorrixBrescia. Suona come un invito. Anna fa la commessa in centro, Luigi l'operaio come Cristian, Paolo lavora in banca, Claudia la casalinga e Mario l'insegnante. Ogni settimana indossano le scarpe da ginnastica e, per trenta giovedì, percorrono in lungo e in largo il centro storico, scoprendo ogni volta un angolo diverso e nascosto della Leonessa grazie all'organizzazione tecnica dell'associazione sportiva dilettantistica CorrixBrescia.

Anna, Luigi, Cristian, Paolo, Claudia e Mario insieme a tanti altri semplicemente, invece di allenarsi da soli, scelgono di correre in gruppo, di stringere legami facendo movimento. Alla terza edizione, la manifestazione «CorrixBrescia» ideata da Mario Visentini copre trenta giovedì, è partita ieri sera, fino a maggio per soddisfare il piacere della corsa in compagnia.

A questo si aggiunge il fatto di poter vedere da vicino luoghi e scorci significativi del centro storico per appassionarsi sì alla corsa ma anche alle particolarità della Brescia del passato. Ah, inutile ricordare che si corre anche in caso di pioggia perché l'obiettivo è, grazie al movimento, proprio quello di migliorare la forma psico-fisica e conoscere tante altre persone.

Le sessioni di CorrixBrescia consistono in allenamenti di corsa o camminata in gruppo guidati da *pacerrunner*. Al momento sono previsti gruppi alle seguenti velocità medie (minuti al km): 4 minuti al km, 4.30, 5, 5.30, 6, 6.30, 7 o camminatori. Il ritrovo è di ogni giovedì alle 19 in piazzale Arnaldo, alle 19.30 un po' di riscaldamento dei muscoli e alle 19.40 il via della corsa: solitamente si fanno due giri di circa 4 km ciascuno, ma chi preferi-

8
il centro storico
e la distanza abituale
ma il percorso più
diverso e nascosto

12
sulle
il centro del quartiere
e verso il centro
entro il 24 ottobre



L'iniziativa ieri sera primo appuntamento per gli appassionati di podismo

La città vista tutta di corsa È il popolo di CorriXBrescia Insieme alla scoperta del centro e dei quartieri

sce può farne anche uno solo, e alle 20.30 cala il sipario: tutti pronti per la doccia.

Piazzale Arnaldo (sede della partenza e dell'arrivo), via Tosio, via Agostino Gallo, via Trieste, via Veronica Gambarà, via X Giornate sono solo alcuni dei passaggi pensati dall'organizzazione per il mese di ottobre. La novità della stagione 2013/2014 è rappresentata dal gio-

vedì «alternativo»: dal 28 novembre, e precisamente dal Violino e dalla Badia, una volta al mese la manifestazione si sposta nei quartieri periferici della città.

Va da sé che per l'iscrizione (si può compilare direttamente in piazza) è necessario il certificato di buona salute, mentre il costo per i partecipanti è di 12 euro (se ci si iscrive entro il 24 ottobre, altrimen-

ti è di 20 euro; 10 euro per i possessori della Gioventù Card) per tutta la durata della stagione. «CorrixBrescia» non si limita alle serate del giovedì ma durante l'anno accompagna i runners alle maratone, alle gare podistiche e alle camminate non competitive.

Il 24 ottobre, invece, con tre euro si può prendere parte anche alla corsa (sempre su otto chilometri)

non competitiva della solidarietà a favore dell'ong bresciana Scarp che festeggia i trent'anni di impegno per il Sud del mondo.

E così si corre e si dà un mano alla realtà piemontese che nella sua storia con i progetti di cooperazione ha aiutato migliaia di persone in Africa e in Sud America.

Luciano Zanardini

© RIPRODUZIONE RISERVATA