
InBici

InBici

Rivista per ciclisti, InBici Magazine, Passione sui Pedali

ALEJANDRO VALVERDE

edinet · Thursday, August 29th, 2013



Dopo aver corso un ottimo Tour de France, dove solo un incidente meccanico nella tappa dei ventagli gli ha impedito di lottare per il podio, il capitano della Movistar è pieno di speranze alla vigilia della Ronda Spagnola che è partita da Vigo, Galizia.

“Sto bene” dice Valverde “però so che la corsa è lunga 21 giorni e può succedere qualsiasi cosa. Arrivo fresco mentalmente e fisicamente. Dopo la classica di San Sebastian (dove è finito secondo dietro al francese della Radioshack Tony Gallopin, ndr) ho riposato più che ho potuto. I primi giorni dopo la Grande Boucle sono uscito per un’oretta al giorno, poi due... Facevo rispo attivo. Poi ho iniziato ad aumentare l’intensità fino a realizzare alcuni buoni allenamenti. Arrivo con le pile veramente cariche” afferma Balaverde come lo chiamano in Spagna. “Ho fatto vita familiare” continua “e quando tornavo dall’allenamento andavo tutti i giorni al mare con i bambini e mia moglie, ma bagnavo solo i piedi (ride!). E’ poco lo so, ma rilassa lo stesso molto e, comunque, un po’ di colore l’ho preso ugualmente (continua a ridere).

Quali sono i suoi favoriti?

Nibali parte favorito sulla carta. Arriva fresco perché non ha fatto il Tour, come Henao e Betancur. Mentre noi (riferendosi oltre a se stesso anche a Rodriguez, Kreuziger Mollema) in luglio abbiamo speso tantissimo. Loro hanno potuto programmare al meglio questa Vuelta, noi ci siamo dovuti “impegnare” per recuperare il più possibile.

Quindi impossibile che uno di voi possa vincere?

E' assolutamente possibile. Per fortuna la Vuelta non è stressante come il Tour de France. Si corre diversamente, anche se neanche qua ti puoi permettere di prendere sottogamba le tappe.

E comunque aveva fatto il Tour anche l'anno scorso, giusto?

Sì, vero. E poi qui in Spagna sono finito secondo con un ritardo di 1'16'' da Contador, dopo aver lasciato per terra (era caduto nella tappa di Valdezcaray, ndr) circa un minuto e con un'ultima settimana in crescendo.

I precedenti per fare bene ci sono quindi.

Certo. D'altronde questa è la “mia” corsa. L'ho vinta nel 2009, poi ho fatto due volte secondo, un quarto e un quinto. Non so se è per il periodo dell'anno che mi si addice o perché dopo il Tour mi sento bene, però è certo che mi trovo a mio agio e non sono solito accusare gli sforzi di luglio. Se proprio vogliamo guardare il pelo nell'uovo, il percorso di quest'anno è veramente duro, come mai nella storia di questa corsa. Ci sarà da soffrire dal primo all'ultimo giorno.

Troppo duro secondo lei?

La verità è che, come sempre, le corse vengono fatte dai corridori e non dai percorsi. E comunque no. Il percorso nonostante la durezza mi piace tantissimo.

Quali sono le tappe chiave?

A mio giudizio non ci sono tappe più importanti di altre. Sono tutte importanti. La cosa fondamentale è la regolarità; non incorrere in una giornataccia e soprattutto non avere sfortuna. Una corsa di 21 giorni si vince giorno per giorno, ma si perde in un istante. Comunque, se proprio devo segnalare una frazione che giudico esigente per chilometraggio e durezza, dico quella del Peyragudes.

a cura di ANDREA AGOSTINI

foto BETTINIPHOTO/www.movistarteam.com



This entry was posted on Thursday, August 29th, 2013 at 12:00 am and is filed under [News](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.