

Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento

Piazza Dante 15, 38122 Trento

Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615

uff.stampa@provincia.tn.it

COMUNICATO n. 2959 del 14/10/2023

L'ultrarunner al Festival dello Sport: "Vengo sulle Dolomiti per le gare, ma vorrei fermarmi di più"

La filosofia di Anton Krupicka: "Vivo l'armonia fra mente e corpo"

Sportivo, campione autodidatta, laureato in geologia, fisica e filosofia. Il corpo e la mente, insomma, dove la fatica e il dolore sono prova del collegamento puro fra la dimensione fisica e quella spirituale. È proprio questa la filosofia di Anton Krupicka, classe 1983, ultrarunner statunitense di fama mondiale ospite oggi pomeriggio al Festival dello Sport. Dialogando con il giornalista della "Gazzetta" Simone Battaglia, Krupicka ha raccontato non solo come interpreta lo sport, ma anche come legge la vita e, soprattutto, come ha deciso di viverla.

"Non mi piacciono le regole e le imposizioni altrui – ha spiegato – e anche per questo motivo non ho mai avuto allenatori, né una preparazione atletica strutturata. Sono autodidatta e ho sempre coltivato la mia passione a livello personale". Fuori dagli schemi anche nel look: di corsa a torso nudo, "ma perché così mi sento a mio agio, in semplicità, e perché anche per la mia immagine voglio fare a modo mio".

Poche regole, ma tanto allenamento. "Proprio mentre arrivavano i primi successi agonistici – ha spiegato – mi sono venuti dubbi sulla mia preparazione. Per compensare questa insicurezza mi sono allenato ancora più duramente, perché volevo dimostrare a me stesso di potercela fare arrivando in gran forma alle gare. La dura preparazione mi ha causato diversi infortuni e quindi frustrazione, ma ho voluto continuare a spingere per essere il migliore. Ho approfittato delle pause dalla corsa dovute ai problemi fisici per dedicarmi alla riabilitazione attraverso il ciclismo, lo sci alpinismo e le scalate".

È la corsa però, secondo Anton Krupicka (che ha fatto la prima maratona a dodici anni), il modo per capire il mondo e la natura in cui viviamo, che l'ultrarunner coglie appieno anche grazie ai suoi molteplici studi. Quelli in geologia, in particolare, lo hanno fatto innamorare delle Dolomiti, dove ha vinto, fra i tanti successi in carriera, la "Lavaredo Ultra Trail": "Uno scenario fantastico, un paesaggio affascinante; ci vengo per le gare ma vedendo nuovamente le Dolomiti in questa occasione io e la mia compagna ci siamo chiesti perché non ci fermiamo di più".

Le Dolomiti e le montagne del Colorado (dove Krupicka vive): due mondi diversi. "In Europa c'è un rapporto più diretto fra la gente e la montagna. Le cime sono maggiormente vissute e frequentate, anche perché negli USA vi sono molte limitazioni".

In Trentino per il Festival, Krupicka ha approfittato della visita per godersi il paesaggio più serenamente rispetto alle competizioni e partendo da Trento ha poi anche raggiunto Roma in bicicletta con la fidanzata. "Sono stato anche in Vaticano – ha raccontato – ma è stato bello poi tornare qui in montagna".

<https://www.youtube.com/watch?v=xQNWIFXCeK0>

Download immagini qui:

https://drive.google.com/drive/u/1/folders/12RLIDxy1cvBU_59xhsi5zmi3UAHtomdN

(ac)