Ed eccoci pronti ad affrontare il primo giorno in Corea.
Colazione, pronti partenza e via con il primo allenamento. Più che altro si tratta di smaltire la fatica del viaggio e iniziare ad acclimatarsi con il fuso orario (7 ore in avanti rispetto alla Svizzera) e la meteo.
Ritmo blando (6'30" al km.....) per una quarantina di minuti sempre seguita da Pietro che approfitta delle biciclette messe a disposizione dall'organizzazione nel villaggio degli atleti.

Il villaggio degli atleti: questi coreani hanno pensato davvero a tutto, quasi, mancano solo gli ombrelli e oggi pioviggina ;O)
Gli appartamenti sono molto spaziosi e super attrezzati, puzzano ancora di nuovo, c'è la cucina (che però non si può usare) con forno a microonde e bollitore a disposizione, salotto, sgabuzzini in ogni angolo, stendibiancheria, il porta scarpe, ciabatte...
Nel villaggio ci sono: una sala mensa che propone ottimo cibo, una banca (oltre a diversi bancomat), l'ufficio postale, un parrucchiere, l'ufficio per le telecomunicazioni (si possono noleggiare cellulari e schede telefoniche), due negozi di alimentari, un bar (Bar Mokambo...), una sala giochi, una sala biliardo, una sala pc, una lavanderia per ogni palazzo (sono 9 i palazzi, di14 piani con 28 appartamenti) una pista d'atletica ad 8 corsie, un pistino di 200m, palestre per muscolazione, un campo dedicato solo ai lanci, un percorso di 1km asfaltato e misurato ogni 100m...
E' la prima volta in assoluto che ci capita di stare in un posto così attrezzato e con una simile organizzazione.
by Marie