

Manca ormai solo un giorno all'inizio dei campionati.

Altra giornata grigia, stavolta asciutta :O) meno male, alle 8h00 cielo coperto, 84% di umidità e 23.5°C.

E altra giornata di allenamento bigiornaliero. 10km in progressione la mattina con qualche allungo e 5 chilometrini questa sera.

In mattinata ho assistito alla conferenza stampa di Irene. Non è mai facile mettersi di fronte ai giornalisti, anche se sono tutti del tuo paese. Bravissima Irene nel sapere rispondere e replicare a tutti, con gentilezza, educazione e savoir faire.

Nel pomeriggio abbiamo fatto insieme un giretto nel villaggio... cafferino, gioco a premi sul doping, ricerca cartoline... un po' di relax insomma. Pre-gara per lei e post-allenamento per me.

Nella sezione media nuovi articoli.

by Marie