

LA SCARPA DELL'ANNO! SCOPRILA A PAG. 94

RUNNERS

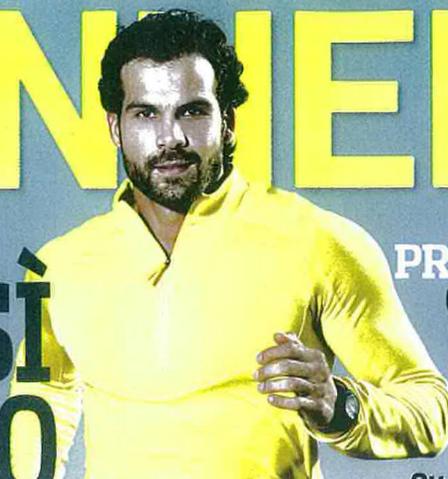
# RUNNER'S

WORLD

WWW.RUNNERSWORLD.IT

DICEMBRE 2009

# Forma Sì Fatica NO



## PRINCIPIANTI

Come passare dalla palestra alla strada

## VINCI DI TESTA

Otto consigli indispensabili per la competizione e il pre gara

## FUORI FA? FREDDO?

No problem con le giacche giuste



di Livorno e la partnership con Runner's World. EcoSport ([www.esosport.it](http://www.esosport.it)), prodotto studiato da Ecological Services Outsourcing per la gestione sostenibile del fine vita delle calzature da running, è stato protagonista dell'intervento di Nicolas Meletiou, managing director Eco, alla diretta da Ecomondo del GreenTG di sabato 31 ottobre (visibile su [www.greentg.tv](http://www.greentg.tv)).

### RUNNING SOSTENIBILE A ECOMONDO

Ogni aspetto del viver quotidiano può avere una connotazione green. Tanto è vero che a Ecomondo, fiera autunnale riminese dedicata al recupero di materia ed energia e allo sviluppo sostenibile, giunta quest'anno alla sua tredicesima edizione, si poteva trovare veramente di tutto. Ed è stata proprio l'ultima edizione di Ecomondo a fare da palcoscenico ideale per una nuova presentazione di EcoSport (nella foto, lo stand) questa volta a un pubblico più ampio e variegato: dopo la sponsorizzazione di alcune gare la scorsa primavera-estate, la partecipazione in luglio al grande evento musicale-sportivo Italia Wave Love Festival



## Riduci l'impatto ambientale

**Q**UANDO SAM HUBER, ventottenne maestro elementare di Milwaukee, esce a correre, non dimentica mai di portare con sé un sacchetto per l'immondizia. «Mi sono stancato dell'allenamento tutto per me - afferma -. Che uno corra 30 chilometri alla settimana o 130, quelle ore rappresentano un sacco di tempo incentrato esclusivamente su te stesso. A un certo punto mi sono detto che avrei potuto cambiare qualcosa, influenzare il quadro generale». Così ha cominciato a raccogliere rifiuti lungo la strada. Durante ogni uscita riesce a riempire fino a sette sacchetti dell'immondizia. «E sono solo - afferma -. Immaginate cosa potrebbe fare un gruppo...». Per far conoscere la sua iniziativa, nel 2007 ha aperto un blog di corsa ecologica ([www.ecologyrunner.com](http://www.ecologyrunner.com)) e ha cominciato a collaborare con gli organizzatori di alcune gare per promuovere la filosofia "non lasciare traccia", per cui incoraggia i concorrenti a portarsi la propria acqua, oltre a sacchetti da riempire con i bicchieri e le confezioni d'integratori utilizzati durante la competizione. Ha anche creato un percorso di lezioni, l'Eco-Runner Kids Fitness Program, adottato da 23 scuole. «Il principio della corsa ecologica - afferma con convinzione - è basato sulla rinuncia dell'interesse del singolo per servire il bene comune».

### COSA SI PUÒ FARE

Esistono moltissimi modi per ridurre l'impatto del tuo passaggio. Dona le tue vecchie scarpe da corsa a gruppi che le regaleranno ai meno fortunati: in America sono "fortissimi" *Soles4Souls* ([www.soles4souls.org](http://www.soles4souls.org)), *One World Running* ([www.oneworldrunning.blogspot.com](http://www.oneworldrunning.blogspot.com)), o *Shoe4Africa* ([www.shoe4africa.org](http://www.shoe4africa.org)). Se sono proprio malconce, possono essere inviate al programma *Nike Reuse-a-Shoe* ([www.nikereuseashoe.com](http://www.nikereuseashoe.com)), che le trasformerà in un materiale chiamato Nike Grind, impiegato per creare campi di atletica e superfici per parchi giochi pubblici. Anche in Italia la raccolta di scarpe usate, ma in buono stato, sta crescendo. Il 25 ottobre i Leprotti di Villa Ada ([www.leprotti.it](http://www.leprotti.it)) hanno organizzato la gara, diventata ormai una classica, "Corri con le scarpe nuove ma porta le vecchie!". Consegnando un paio di scarpette in buono stato si aveva la partecipazione gratuita: sono state raccolte quasi 3.000 paia che, dopo essere state sanitzizzate, saranno portate in Perù, alla Casa del Niño, l'orfanotrofio più alto del mondo, a 4.000 metri d'altitudine. Prova a organizzare anche tu una raccolta delle scarpe (non prima, però, di esserti accertato che vadano a buon fine...). Quanto a quelle arrivate a fine vita, è attiva finalmente anche da noi, a cura di EcoSport, una raccolta selettiva che ne garantisce il riciclo ([www.esosport.it](http://www.esosport.it)).