

Raffaele e Francesco De Caro, maratoneti da urlo a Torino

Publicato da [Omar Menolascina](#) il 21 novembre, 2014



I portacolori dell'Indomita Torregrotta, padre e figlio, hanno corso la stessa maratona in meno di tre ore, superando, così, entrambi quel "muro" che rappresenta un miraggio per la maggior parte dei podisti.

Padre e figlio corrono la stessa maratona in meno di tre ore, superando, così, entrambi quel "muro" che rappresenta un miraggio per la maggior parte dei podisti. L'impresa non comune è riuscita, domenica 16 novembre, a Raffaele e Francesco De Caro, entrambi tesserati per l'Indomita Torregrotta, alla "XXIII Turin Marathon", vinta dai keniani Samuel Rutto e Esther Ndiema.



Il 32enne Francesco De Caro ha completato la sua prima gara sui canonici 42 chilometri e 195 metri con il lusinghiero crono di 2h38'13", che gli è valso il quarantesimo posto assoluto, quinto degli SM, su oltre 3500 partenti e, soprattutto, la seconda migliore prestazione siciliana sulla distanza del 2014. Non gli è stato da meno, però, papà Raffaele, che con il tempo di 2h58'54" si è classificato 252° e primo della SM55, migliorando, inoltre, il personale stagionale di 3h01'09", stabilito, ad aprile, a Milano.

"Abbiamo preparato Torino in circa due mesi – ha raccontato Raffaele De Caro al rientro in Sicilia – non il massimo, quindi, per una maratona, ma gli obiettivi sono stati raggiunti. Francesco doveva correrla intorno ai 3'45" al km e, così, è stato. Alla mezza il passaggio era un pò veloce, ma è riuscito a limitare i danni nella seconda parte. Ne preparerà sicuramente un'altra in primavera e, con allenamenti più specifici, potrà fare ancora meglio. Per quanto mi riguarda, volevo andare sotto le tre ore, che a 56 anni rappresenta una bella sfida, e ci sono riuscito. Il primato di categoria ha rappresentato poi la classica ciliegina sulla torta. Correre assieme a mio figlio è stata, comunque, l'emozione più grande".