



## **Sport - Nuoto, Canarie: la campionessa Katinka Hosszú prepara le Olimpiadi a Lanzarote**

**Roma - 12 apr 2024 (Prima Pagina News) I migliori sportivi del mondo hanno scelto l'arcipelago spagnolo per prepararsi ai Giochi Olimpici.**

Allenamento sportivo e Isole Canarie: un binomio sempre più forte che ha annoverato l'arcipelago spagnolo tra le mete d'elezione per atleti che devono allenarsi ai massimi livelli e desiderano condizioni climatiche, ambientali e strutture attrezzate ideali per raggiungere importanti traguardi sportivi. Tra questi spicca Katinka Hosszú, la tre volte campionessa olimpica ungherese che, dopo la maternità, è tornata ad allenarsi proprio a Lanzarote, con l'obiettivo di partecipare alla sua sesta Olimpiade la prossima estate a Parigi. Ha deciso di tornare in vasca e allenarsi alle Canarie dove si preparerà per i Giochi Olimpici 2024. È una storia di empowerment e resilienza legata alla natura forte e vitale delle Isole Canarie. Qui ha trovato il sole, le piscine olimpioniche e l'accoglienza per lei e la sua bambina, a poca distanza da casa. Un oceano di medaglie nate alle Canarie. Prima di lei, molti sportivi hanno scelto questa destinazione per completare l'allenamento a ridosso dei grandi eventi a cinque cerchi: una platea di nomi internazionali che hanno conquistato l'oro agli ultimi Giochi Olimpici e Paralimpici di Tokyo 2020, come Primož Roglič, oro olimpico da ciclista nella cronometro, Sifan Hassan, campionessa di origini etiopi sui 10000 e 5000 metri piani, Sandra Sánchez, oro olimpico nel kata femminile, Adam Peaty, nuotatore britannico plurimedagliato sia alle Olimpiadi di Rio sia a quelle di Tokyo, e il duo Anders Mol e Christian Sørum, campioni norvegesi di beach volley. Sono in tutto cinquanta i medagliati olimpici che hanno fatto base alle Canarie per il loro training in vista di competizioni mondiali ed europee: ciclisti, velisti, nuotatori, giocatori di beach volley e atleti di atletica leggera si sono allenati tra Tenerife, Lanzarote, Gran Canaria e Fuerteventura. Centri sportivi, salite in bicicletta e regate tra gli Alisei. Per quanto riguarda il nuoto, il centro per gli allenamenti è il Tenerife Top Training -T3, lungo la costa occidentale dell'isola (a La Caleta de Adeje), un punto di riferimento per i migliori nuotatori del mondo. È qui che grandi nomi come il campione italiano Gregorio Paltrinieri, il francese Florent Manaudou, la svedese Sarah Sjöström e il nuotatore di origini russe Evgenij Rylov hanno scelto di allenarsi. A Gran Canaria, il Club Nuoto Metropole è il punto di riferimento per le specialità in vasca dove si allenano nuotatori e tuffatori. Mentre a Lanzarote il centro di riferimento, dove si è allenata proprio Katinka Hosszú, è Club La Santa, sulla costa settentrionale dell'isola, il centro è dotato di piscine e strutture per ogni sport. Le otto isole dispongono di tutto quanto è necessario anche per quel che riguarda l'allenamento dei professionisti sulle due ruote e le squadre tecniche di accompagnamento. Ciclisti del calibro di Primož Roglič, campione olimpico a Tokyo 2020 e tre volte vincitore della Vuelta di Spagna, scelgono l'arcipelago per gli allenamenti in quota: a Tenerife la salita del



Teide in bici è la più lunga e rinomata con oltre 63km di ascesa per coprire il dislivello di oltre 2.300 metri. "Le Isole Canarie offrono una combinazione perfetta per i ciclisti. Tenerife ha molte salite, strade molto buone e un clima eccezionale. È l'unico posto dove possiamo fare sessioni di allenamento ad alta quota in buone condizioni", commenta Roglic, che quest'anno è stato a Tenerife tre volte con il Team Jumbo-Visma. Anche le veliste brasiliane Kahena Kunze e Martine Grael hanno fatto base sull'isola di Lanzarote per prepararsi a Tokyo 2020, occasione in cui hanno vinto l'oro nella categoria 49er Fx. Oltre a loro, altri 200 velisti provenienti da tutto il mondo hanno scelto lo specchio d'acqua davanti a Lanzarote per competere nelle Olimpiadi, sempre sostenuti dai venti Alisei che soffiano costanti tutto l'anno. Canarie, una destinazione da recordLe Isole Canarie sono facilmente raggiungibili con 21 voli diretti attualmente in partenza dal continente europeo. Oltre all'ampia offerta di strutture di allenamento di alto livello, le isole godono di 1.500 chilometri di coste bagnate da acque oceaniche ricche di sali minerali e adatte alla talassoterapia, nota anche per migliorare i tempi di recupero fisico.

*(Prima Pagina News) Venerdì 12 Aprile 2024*