

ALESSANDRO MARZIALI VOLA A LONDRA PER LA SPARTAN ULTRA

Pubblicato il 30 Settembre 2025 di costantino sacchetto



Categoria: [POLITICA](#), [SCUOLA](#), [SINDACATO](#), [ECONOMIA](#)



Alessandro Marziali vola a Londra per la Spartan Ultra

APRILIA – Alessandro Marziali, 40 anni, originario e residente ad Aprilia, sarà protagonista questo weekend a Londra nella Spartan Ultra, la gara più dura del circuito OCR/Spartan: 50 chilometri di corsa trail e 60 ostacoli da superare, per una sfida di resistenza fisica e mentale tra le più impegnative al mondo.

Ex pugile professionista, oggi Ambassador Spartan Race, Marziali si è avvicinato alle corse a ostacoli nel 2016, partecipando a oltre 30 competizioni internazionali. Adesso lo attende la sfida più importante della sua carriera sportiva.

“Passione, adrenalina, amicizia, competitività, sudore, fatica: questo sport ti regala tutto – racconta – È una sfida contro te stesso e contro gli altri, ma alla fine c'è sempre il terzo tempo, come nel rugby. Per Londra sono entusiasta: darò tutto e, come dico sempre, quando le sfide si fanno toste mi piacciono di più”.

Con il sostegno di sponsor e amici che lo seguono nella preparazione, Marziali partirà per la capitale inglese con un obiettivo chiaro: portare in alto Aprilia e l'Italia, affrontando la gara con determinazione.

Che cos'è la Spartan Ultra?

La Spartan Ultra non è una semplice corsa. È una delle prove più estreme del mondo OCR:

- 50 km di percorso trail
- 60 ostacoli da superare
- un tempo medio di gara che varia tra le 7 e le 10 ore
- fatica, imprevisti, strategie di resistenza e gestione mentale.

È una battaglia totale, dove conta non solo la forza ma soprattutto la capacità di rialzarsi dopo ogni ostacolo.

Alessandro, quanto conta l'esperienza da pugile nella preparazione per una gara così estrema?
“Il pugilato mi ha insegnato disciplina, sacrificio e resistenza mentale. Sul ring impari a sopportare i colpi, a restare lucido sotto fatica: tutte competenze che oggi mi porto dietro in ogni allenamento OCR.”

Come si prepara un atleta per 50 km + 60 ostacoli?

“L'allenamento non è mai monotono: lungo (corse, trail), lavoro su forza, core, tecnica ostacoli, simulazioni in condizioni estreme, recupero attivo. L'ultima fase è sempre la più dura: affini i dettagli, gestisci nervosismo e tensione.”

Qual è l'elemento che temi di più nella gara?

“Non ho paura del chilometraggio — so che posso affrontarlo — ma gestire la fatica mentale quando sei già stremato, e trovare la forza per superare l'ostacolo che ti arriva sul più bello: lì si decide tutto.”

Cosa speri di ottenere da questa esperienza?

“Dimostrare a me stesso che posso stare su quel palco mondiale. Ogni gara è una lezione: se arrivo alla fine con la testa alta, già avrò vinto qualcosa. Ma puntiamo al massimo.”

Un messaggio per chi ti segue e crede in te?

“Grazie. Il supporto conta più di quanto si creda. Lo sento ogni giorno quando vado ad allenarmi. Prometto che darò tutto, per voi e per me.”

Questo weekend, Alessandro Marziali decollerà alla volta di Londra con l'obiettivo di affrontare una delle prove più ardue che uno Spartan possa proporre: 50 km, decine di ostacoli, fatica, emozioni e la grande sfida contro se stesso e gli altri.

Che il mondo OCR lo guardi: Alessandro non è lì per partecipare.
È lì per conquistare.

In bocca al lupo, Spartano. Aroo.





