



Acea Run Rome The Marathon, nuovo orario partenza e pacer

Descrizione

Acea Run Rome The Marathon

La partenza dell'Â™Acea Run Rome The Marathon sarÃ alle 8.00, un anticipo di 30 minuti per un miglior coordinamento con il derby di calcio della Capitale Lazio Roma del pomeriggio.

La gara sarÃ una grande festa grazie anche a 175 Pacer, runner dal cuore grande provenienti anche dall'Â™estero

ROMA

Domenica 19 marzo 2023 sarÃ ancora una volta Acea Run Rome The Marathon, l'Â™inimitabile maratona di Roma che festeggerà la 28^ edizione della sua storia.

E'Â™ arrivata l'Â™ufficialitÃ che la **partenza da Via dei Fori Imperiali sarÃ alle ore 8.00**, orario stabilito dagli organizzatori insieme a tutte le Istituzioni locali in quanto vi Ã¨ la concomitanza nella stessa giornata della partita di calcio di Serie A Lazio-Roma allo Stadio Olimpico, zona di interesse e passaggio della maratona verso il 27esimo chilometro.

I PACER

In autunno sono stati i primi a rispondere al fischio di chiamata a raccolta, i piÃ¹ abili, i piÃ¹ esperti, i piÃ¹ passionali, sono questi i criteri con cui sono stati scelti i **175 pacer** che scorteranno i circa 15mila runner della Acea Run Rome The Marathon.

Essere Pacer Ã¨ una **vocazione** dove **responsabilitÃ** e **soddisfazione** si fondono diventando un tutt'Â™uno, l'Â™obiettivo Ã¨ correre una maratona con l'Â™impegno di condurre un gruppo al traguardo in un tempo prefissato.

I pacer sono sempre pronti a **dispensare consigli, dare sicurezza**, dettare il ritmo in maniera costante, tenere su il morale nei momenti di difficoltÃ , preparare i propri compagni di viaggio alla prossima curva o a raccogliere gli incitamenti del pubblico.

Un ruolo di grande generositÃ che si conclude al cospetto del cronometro, quando la fatica per

ciascun runner si trasforma in gioia e per i pacer si trasforma nell'abbraccio di chi ringrazia per avercela fatta, per aver vissuto un meraviglioso viaggio insieme al gruppo.

IL 2023

Acea Run Rome The Marathon schiera un vero e proprio plotone di pacer grazie anche all'impegno della responsabile pacer **Federica Romano**, che ha studiato ed esaminato oltre **1000** candidature ricevute. Sono stati selezionati **ben 175 pacer**, presto verranno svelati i loro nomi, **114 italiani** e **61 stranieri** in rappresentanza di **16 nazioni**, a conferma del forte **carattere internazionale** della manifestazione e la tradizionale **calorosa accoglienza** del Bel Paese, Roma dunque chiamata a presentarsi ai propri ospiti mettendoli a proprio agio anche attraverso una comunicazione efficace.

Saranno in gara pacer provenienti da Belgio, Croazia, Danimarca, Filippine, Francia, Germania, Irlanda, Lettonia, Norvegia, Olanda, Repubblica Ceca, Spagna, UK, Ungheria, e USA. Pacer già attivi da mesi in quanto hanno partecipato già dettando i ritmi dei gruppi ai Get Ready a Roma, nonché organizzato i Get Ready On Tour.

Spinta dal padre Paolo, sarà ancora nel team Pacer 2023 la giovane **Sara Vargetto**, ragazza di Roma affetta da artrite idiopatica giovanile, una malattia infiammatoria che comporta degenerazione delle articolazioni e che compare in età precoce, alternando fasi di recrudescenza e di remissione, e che la obbliga a muoversi con una carrozzina.

La sua energia e il suo sorriso saranno fondamentali per il gruppo che la seguirà.

I RITMI

Acea Run Rome The Marathon taglia così un **traguardo importantissimo**, quello di essere la **prima maratona italiana** ad inserire gruppi di pacer ad **intervalli di 5** un motivo di grande orgoglio per gli organizzatori e che pone Acea Run Rome The Marathon in una posizione di grande vicinanza ai runner garantendo un servizio pacing capillare, dai ritmi più veloci (2h50'00") ai ritmi più lenti (6h30'00").

Ben **30 gli slot temporali**, si parte da un traguardo ambizioso **2h50'00"** il palloncino successivo sarà quello delle 3h00'00", toccherà correre forte per tenere ritmi sostenuti da 4'02"/km a 4'16"/km.

Da qui in poi, Acea Run Rome The Marathon ha voluto fare in modo che i runner possano sempre incontrare un festoso treno di pacer che saranno sul percorso con **split di 5'** a partire dalle **3h00'00" alle 4h30'00"** tempi, tutti, in **real-time**.

Toccherà poi ai pacer dalle **4h30'00" alle 5h30'00"**, organizzati in **split da 10'**, e a quelli che taglieranno il traguardo da **5h30'00" a 6h30'00"**, ad **intervalli di 15'**, gestire la grande massa, folte gruppi di runner che si godono la passerella sulla città più bella del mondo.

FITWALKING



Un impegno ancora una volta esteso a pacer istruttori di **fitwalking** che porteranno al traguardo in 5h30 o 6h30 i seguaci di questa disciplina.

DOVE TROVARLI

I runner che vogliono stabilire un contatto emozionale **prima della gara**, potranno conoscere i pacer allo stand PACER presente all'Expo Village oltre che durante la presentazione ufficiale che avverrà in Expo sabato 18 marzo nel pomeriggio.

Nella giornata di gara i pacer da **2h50 a 3h05** saranno presenti solo nella **prima** onda mentre nella **prima e seconda onda** ci saranno i pacer impegnati a portare al traguardo i runner da 3h10 fino a 3h30.

I pacer dalle 3h35 fino alle 5h00 saranno presenti nella seconda e terza onda mentre dalle 5h10 alle 6h30 saranno posizionati solo nella terza onda.

CHE RICORDI

Tanti i ricordi e le emozioni che ci hanno regalato i 140 pacer in gara lo scorso marzo 2022, tra questi erano anche due persone speciali che ancora oggi vogliamo applaudire e ringraziare per aver corso coi palloncini ed essersi messi a disposizione di altri runner.

Parliamo di **Sara Vargetto** e dell'atleta paralimpica, nonché cantante, modella, presentatrice e tanto altro, **Annalisa Minetti** che portò gli atleti sul traguardo sul preciso crono delle 4 ore.

ISCRIZIONI APERTE

Sul sito evento per tutti **sono aperte le iscrizioni alla Run Rome The Marathon** così come alla staffetta solidale Run4Rome e alla stracittadina Fun Run.