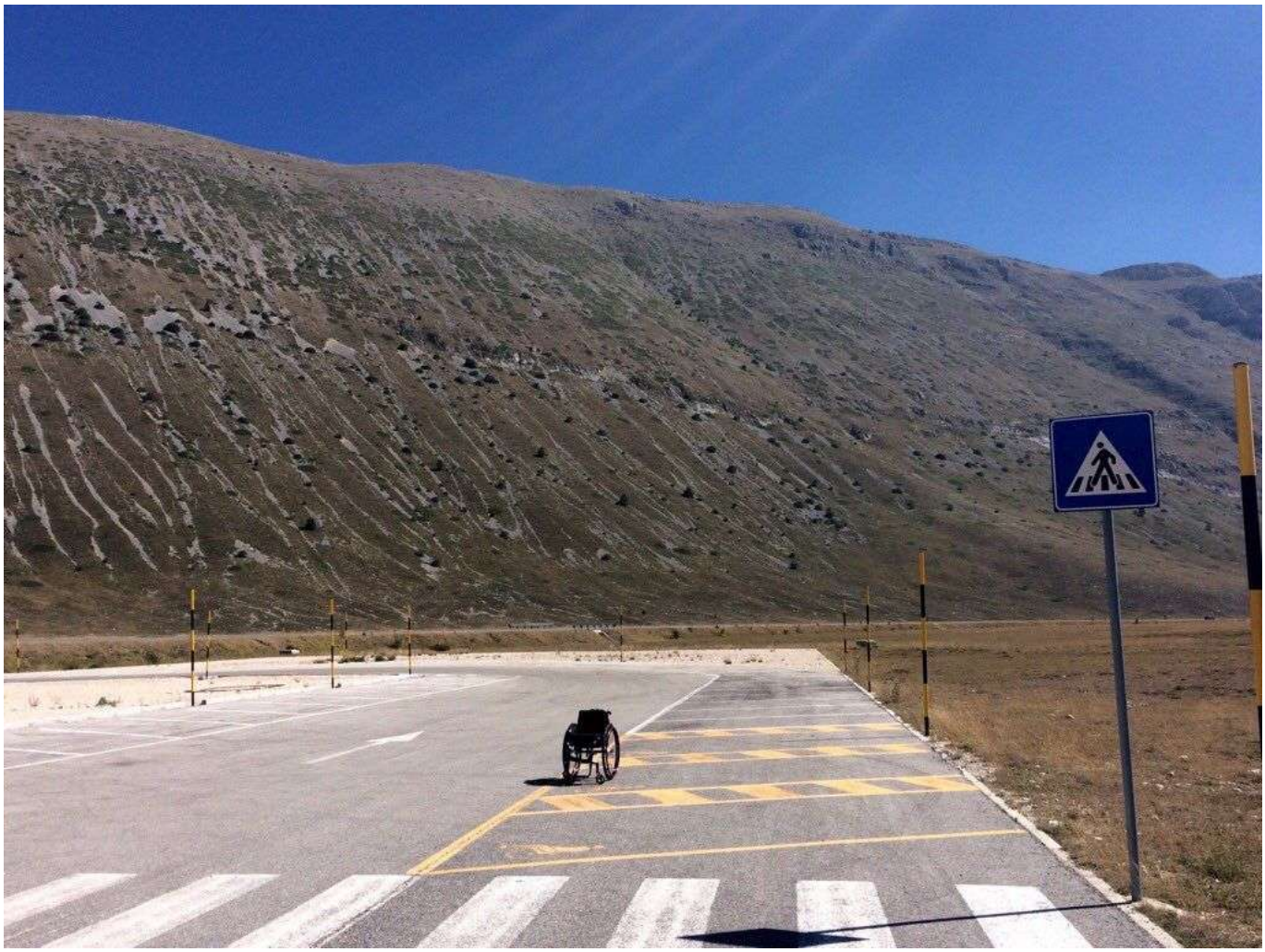
Alex Zanardi, il campione che si allenava tra le montagne d’Abruzzo

Maggio 4, 2026



Si è spento a 59 anni Alex Zanardi, dopo un improvviso peggioramento delle condizioni di salute negli ultimi giorni. La sua vita, segnata dal terribile incidente del 2001 e da quello altrettanto drammatico del 2020, è stata una continua sfida al limite umano. I funerali si terranno martedì a Padova, mentre dal Paese intero continua ad arrivare un’ondata di affetto per un uomo che ha trasformato il dolore in una lezione universale di coraggio.

Ex pilota di Formula 1, campione paralimpico di handbike e volto televisivo amato, Zanardi ha

incarnato una filosofia di vita riassunta in una frase diventata simbolo: *«Quando mi sono svegliato senza gambe, ho guardato la metà che era rimasta, non quella che era andata persa»*. Una visione che lo ha accompagnato anche tra le strade d'Abruzzo, dove tornava ogni estate per allenarsi.

Da anni la nazionale italiana di paraciclismo, guidata dal commissario tecnico Mario Valentini, sceglieva l'Altopiano delle Rocche come base di preparazione, in vista delle competizioni internazionali e delle Paralimpiadi di Rio 2016. Il quartier generale era Rovere, frazione di Rocca di Mezzo, con soggiorno presso l'Hotel Alba Sporting, diventato punto di riferimento degli atleti.

Le strade tra Ovindoli e Campo Felice, le lunghe pianure alternate a salite impegnative, e l'altitudine ideale offrivano condizioni perfette per gli allenamenti. Ed è proprio qui che Zanardi macinava chilometri con la sua handbike, tra il silenzio delle montagne e l'incoraggiamento della gente.

Resta impressa una fotografia struggente pubblicata dieci anni fa su Twitter dallo stesso Zanardi: la sedia a rotelle vuota, ferma su una strada di montagna, il cielo terso con l'orizzonte delle montagne alle spalle. Un'immagine che racconta più di mille parole: solitudine, forza, libertà. E poi quel tweet, ironico e pieno di vita: *«Finire il ritiro preolimpico mi dà la malinconia del mare a settembre. Giovedì però non torno a scuola, vado a Rio!»*

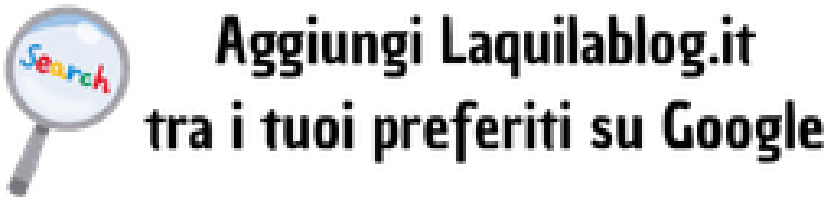
Il ricordo della comunità rocchigiana è vivido e tangibile. Tante le testimonianze che ci sono arrivate.

Jenny ci scrive: *«Ricordiamo il suo sorriso gentile quando i figli gli gridavano "forza Alex" e lui che faticava sulla piana di Campo Felice!! Un triste destino ma, sicuramente, per tutti questi anni, dal primo incidente, ha ottenuto quello che desiderava».*

Vincenzo, che ha scattato una delle foto che ci ha condiviso, racconta:
«La foto è del 2016, la storia è semplice. La nazionale paralimpica di ciclismo compiva sull'altipiano stage di allenamento tra fine luglio e inizio agosto. Soggiornavano a Rovere, ma percorrevano tutte le strade, con preferenza per la piana di Campo Felice. Io ero un buon ciclista e spesso ci incrociavamo. La foto è stata fatta in piazza a Rocca di Mezzo, ho voluto conservare questo ricordo».

Anche Benedetto conferma: *«Ogni estate tornava la squadra per allenarsi. Soggiornavano a Rovere. Spesso lo incontravamo lungo le strade».*

E ancora, altri commenti: *«Tante volte lo vidi sulla strada dell'altopiano: una forza sovrumana, una disponibilità umana a non mollare».*



C’è chi ricorda la sua ironia: *«Falla bene, non mi tagliare le gambe»*, scherzava per una foto in piazza a Rocca di Mezzo.

Zanardi non è stato solo un campione. È stato “oltre i limiti” fatto persona. Un uomo che ha insegnato che si può perdere tutto e ricominciare, che si può cadere e rialzarsi con un sorriso.

Sulle strade dell’Altopiano delle Rocche resta il suo passaggio: nelle salite di Campo Felice, nei rettilinei battuti dal vento, nei ricordi di chi lo ha visto allenarsi senza mai fermarsi.

Perché, come ha dimostrato fino all’ultimo, si possono perdere le gambe, ma non la strada.


ITALIA