

LE 10 MIGLIORI PRESTAZIONI MONDIALI MASCHILE IN MARATONA AL 29.09.2019

	TEMPO	ATLETA	NAZIONALITÀ	LUOGO	DATA
1	2h01'39"	Eliud Kipchoge	KEN	Berlino	16.09.2018
2	2h01'41"	Kenenisa Bekele	ETH	Berlino	29.09.2019
3	2h02'48"	Birhanu Legese	ETH	Berlino	29.09.2019
4	2h02'55"	Mosinet Geremew	ETH	Londra	28.04.2019
5	2h02'57"	Dennis Kipruto Kimetto	KEN	Berlino	20.09.2014
6	2h03'13"	Emmanuel Kipchirchir Mutai	KEN	Berlino	28.00.2014
7	2h03'13"	Wilson Kipsang Kiprotich	KEN	Berlino	25.09.2016
8	2h03'16"	Mule Wasihun	ETH	Londra	28.04.2019
9	2h03'34"	Getaneth Molla Tamire	ETH	Dubai	25.01.2019
10	2h03'36"	Sisay Lemma	ETH	Berlino	29.09.2019

Da notare che 7 prestazioni sono state effettuate a Berlino, 2 a Londra e 1 a Dubai. Nei primi 10, figurano 6 etiopi e 4 atleti keniani, a testimonianza dello strapotere africano nell'*endurance*. Il *recordman* Kipchoge aveva corso 2'52" al km alla Berlin Marathon 2018 e ora Bekele si è molto avvicinato con la Berlin Marathon 2019. In totale 2 atleti sotto le 2h02" e 3 sotto le 2h03". Mentre altre 5 prestazioni sono sotto le 2h04'. Alcuni tra questi migliori 10 atleti *d'élite* sono o sono stati atleti *d'élite* anche nelle gare in pista sui 5'000 e 10'000 m: la maratona si fa sempre più veloce e più tecnica.

LE 10 MIGLIORI PRESTAZIONI MONDIALI FEMMINILI IN MARATONA AL 28.04.2019

	TEMPO	ATLETA	NAZIONALITÀ	LUOGO	DATA
1	2h15'25"	Paula Radcliffe	GBR	Londra	13.04.2003
2	2h17'01"	Mary Keitany	KEN	Londra	23.04.2017
3	2h17'08"	Ruth Chepngetich	KEN	Dubai	25.01.2019
4	2h17'41"	Worknesh Degafa	ETH	Dubai	25.01.2019
5	2h17'56"	Tirunesh Dibaba	ETH	Londra	23.04.2017
6	2h18'11"	Gladys Cheron	KEN	Berlino	16.09.2018
7	2h18'20"	Brigid Kosgei	KEN	Londra	28.04.2019
8	2h18'31"	Vivian Cheruiyot	KEN	Londra	22.04.2018
9	2h18'34"	Ruti Aga	ETH	Berlino	16.09.2018
10	2h18'47"	Catherine Ndereba	KEN	Chicago	07.10.2001

Nelle migliori 10 prestazioni femminili ce n'è 1 che fa la differenza, quella appunto della capolista. Compagnone 6 atlete keniane e 3 etiopi e 1 britannica. 3 prestazioni sono del 2018 e 3 del 2019, quindi qualcosa si sta muovendo. Oltre alla Radcliffe, figurano 4 atlete sotto le 2h18', mentre le altre 5 prestazioni delle *top ten* sono sotto le 2h19'. Tra le migliori prestazioni femminili è la gara di Londra con maggior numero di *performance* (5), mentre Berlino ne ha 2 come Dubai, mentre 1 Chicago. In

considerazione dei tempi ottenuti dalle donne sulla distanza di mezza maratona, si ritiene che il *record* femminile sui 42,195 km possa essere migliorato e ovviamente da parte di un'africana. Ma l'opinione pubblica è ancora troppo concentrata sugli uomini, come in fondo avviene nelle gare in pista.