Expo 2015 e la dieta dieta mediterranea di Ivan Basso

20150803-204551-392965-14156244-406bbc12

“Expo Milano 2015 è un luogo incredibile, il Decumano sarebbe il traguardo perfetto per una tappa per velocisti”. Con queste parole il campione di ciclismo Ivan Basso, vincitore in carriera di due edizioni del Giro d’Italia, ha iniziato la sua visita all’Esposizione Universale. Accolto dal Commissario Unico delegato del Governo per Expo Milano 2015, Giuseppe Sala, il corridore, in perfetta sintonia con le tematiche espositive, ha voluto sottolineare l’importanza di una corretta nutrizione, *“non solo per gli sportivi ma per chiunque. Noi italiani abbiamo la fortuna di poter contare sulla dieta mediterranea, che propone un’alimentazione ricca e variegata”*.

20150803_204551_392965_14156244Non è mancato, ovviamente, un accenno alla recente operazione chirurgica che Ivan ha dovuto subire per rimuovere un tumore: *“Ora sto bene, devo fare dei controlli periodici e il mio obiettivo è poter tornare in sella alla bicicletta, la mia vita”*.
Accompagnato dalla moglie Micaela e dai figli, il ciclista lombardo ha fatto tappa, tra gli altri, ai padiglioni del Brasile, della Repubblica Ceca, dell’Angola e della Russia e si è ripromesso di tornare ancora all’Esposizione Universale per completare la visita.

Ivan Basso (Gallarate, 26 novembre 1977) è un ciclista su strada italiano che corre per il team Tinkoff-Saxo. Soprannominato Ivan il Terribile, ha caratteristiche di passista-scalatore, ed è professionista dal 1999. Considerato uno dei migliori corridori di corse a tappe degli anni 2000, in carriera ha vinto due edizioni del Giro d'Italia, nel 2006 e nel 2010, e si è piazzato per due volte sul podio al Tour de France. Nel giugno del 2011 ha pubblicato la sua biografia, "In salita Controvento", edita da Rizzoli, scritta con il giornalista varesino Francesco Caielli. Nella primavera 2013, tra le file della Cannondale (ex Liquigas), si classifica quarto nella Settimana Internazionale di Coppi e Bartali. Si prepara quindi per correre il Giro d'Italia con ambizioni di successo, ma a causa di un ascesso perineale è costretto a saltare la corsa.

Rientrato alle gare solo alla fine di luglio, conclude ottavo al Tour de Pologne, gara del calendario World Tour; partecipa poi alla Vuelta a España ma si ritira durante la quattordicesima frazione a causa di un'ipotermia, quando era settimo in graduatoria e dopo aver ottenuto due piazzamenti di tappa nei primi cinque. Chiude l'anno senza cogliere successi, con un undicesimo posto al Giro di Lombardia e un ottavo al Tour of Beijing. Nel 2014, ancora in maglia Cannondale, apre la stagione correndo la Tirreno-Adriatico e il Giro del Trentino. In maggio partecipa al Giro d'Italia, classificandosi in quindicesima posizione a 32'08" dal vincitore Nairo Quintana; nella seconda parte di stagione non ottiene particolari risultati. Il 19 agosto 2014 viene ufficializzato il suo trasferimento alla Tinkoff-Saxo a partire dalla stagione 2015; Basso firma un contratto biennale, tornando così tra le file della squadra di Bjarne Riis dopo nove anni. Nel 2015, dopo aver partecipato anche alla Tirreno-Adriatico e alla Volta Ciclista a Catalunya, si presenta al Giro d'Italia come gregario di Contador, che andrà a vincere la corsa rosa, concludendo al 51º posto.