

17.05.2015 – IN MARCIA CON L' AVIS - CARATE BRIANZA

UN'ALTRA CALDA DOMENICA DI CORSA

Partecipanti: Enrico,Merk,Luca,Ale,Sergio,Roby,Trablo,Alfonso,Carlo e Frizz

Anche oggi il caldo è protagonista di giornata, con l'aggiunta di un umidità tropicale dovuta alle recenti piogge e un percorso impegnativo. Ci ritroviamo al Parco di Carate per la seconda edizione di questa bella corsa organizzata dalla sezione Avis di Carate , siamo in 10 , un buon numero che con l'aggiunta di altri 2 cartellini ci permetterà di conseguire come l'anno scorso il premio(cesto gastronomico + coppa) fra i gruppi più numerosi. Ovviamente prima di partire non può mancare il solito set fotografico di Alfonso, ormai appuntamento fisso, quasi da contratto, ma ormai non possiamo più immaginare una tapasciata senza le sue foto. Si parte scendendo a Realdino per costeggiare il Lambro fino a Sovico , Frizz,Afonso,Roby e Ale faranno la 21 km , il resto la 14 km a parte Luca che farà la 7 km.

Ale e Alfonso dettano il ritmo, gli altri seguono cercando di centellinare le forze perché il caldo già fa sentire la fatica sin da subito , e le 2 salite iniziali lungo il Lambro già ci mettono a dura prova, fino a che arriviamo al primo ristoro che è posto al 7° km. Qui si ricongiunge quasi tutto il gruppo a parte Ale e Alfonso che ripartono subito. Poco più avanti le strade della 14 e 21 si dividono a Triuggio, la 14 scende a Rancate , mentre la 21 sale verso la parte alta di Triuggio per poi entrare nei boschi di Tregasio(quasi tutti in leggera salita) e fare ritorno attraverso calò(salita Pobiga/calò), Riverio,Realdino settegocce dove c'era l'ultimo ristoro, salita per costalambro(quella dura di sassi), discesa ad Agliate/lungo il lambro e risalita fino al parco Fontanelle.

Da segnalare l'ottima giornata di Ale che sul finire di corsa stacca uno stanco Alfonso, e soprattutto di Roby che , complice un ritardo di avvio corsa rispetto ad Ale e Alfonso, lo fa arrivare dopo ma in quasi lo stesso tempo dei 2 fuggiaschi. La sua corsa ormai è espressione di forza e forma fisica che finalmente è arrivata, parte piano ma il suo finale è in crescendo, tanto che sulla salita di Pobiga riesce a salire senza cedimenti mentre io a metà devo mollare (non si è girato neanche a salutarmi...non si fa così ahahahah). Per la 14 km il top runne rimos oggi è il Carletto, sarà forse per le vittorie della sua juve , o forse per i kg buttati giù e i suoi allenamenti, penso sia quello che ha fatto i miglioramenti più cospicui in questo ultimo anno insieme a Roby...bravo!. Bravo anche agli altri, Trablo,Sergio e Enrico che correranno la seconda parte della 14 insieme, e bravo anche a Luca che solo soletto si è fatto la corsa fino a casa sua pur di non farci mancare la sua presenza.

Bene, sabato pomeriggio ci sarà la camminata" Battiamo la leucemia" ad Agliate in ricordo del figlio di un nostro Amico , l'idea è come l'anno scorso di partecipare con le famiglie per questa nobile causa, e si sa, i Rimos sono sempre in prima linea quando c'è da "solidarizzare".

Forza CorRimos

Frizz



