

## **01.05.15 – LA FAMIGLIA CHE CAMMINA – DESIO**

### **SI VA DI CORSA**

**Partecipanti: Frizz,Roby,Merk,Enrico,Alfonso,Carlo e Ale**

Questa corsa apre le danze di questo fantastico weekend fra corse e grigliate , quindi ci ritroviamo di prima mattina in quel di Desio per questa corsa di 6 e 12 km che si snoda sulle vie di Desio tutta su asfalto. Il percorso non è certamente fra i più belli ma è di quelli molto scorrevoli, in cui si può fare ritmo e i Rimos presenti oggi vanno di fretta, per cui dopo i primi 500 mt fatti insieme , Ale e Alfonso dettano il ritmo ma gli altri li seguono a ruota tanto che finiremo tutti in 3 minuti sul percorso da 12km(effettivi 11,5). Ale e Alfonso a dire il vero allungano il percorso di 400mt circa per uno sbaglio , ma nonostante tutto arrivano prima di tutti, ma dopo neanche 1 minuto arrivano Roby e Merk che nell'ultimo km staccano di 1 minuto Frizz che ha le cosce ancora piene di acido lattico dalla corsa di Sarnico , ma dopo un altro minuto solamente arrivano Carlo e Enrico ( che per la prima volta corre sugli 11kmh ,grande Enrico!). Finita la corsa si corre tutti a casa , l'evento della giornata ci aspetta , la ormai mitica grigliata Rimos!

## **01.05.15 – GRIGLIATA RIMOS – MONZA**

### **LA FAMIGLIA RIMOS FATTA DI 45 PERSONE**

Questa volta mi riesce difficile elencare i partecipanti, correrei il rischio di dimenticare qualcuno per cui viene più facile dire che oggi si è riunita tutta la famiglia Rimos, una grande famiglia ormai, che ogni anno aggiunge qualche componente nuovo ed è come ci fosse sempre stato. Ci siamo affannati tanto in questi giorni nei preparativi, perché tutto fosse a posto, non mancasse nulla la chat è scoppiata di messaggi: io porto spiedini e salamelle, io il pane, io il vino, io la pasta, io il barbecue, io i dolci , io le chianine..... Ma la cosa più bella che arriva quasi a commuovere quando ci si pensa, è che tutti abbiamo portato il nostro cuore, la parte migliore di noi stessi, tutti sapevano cosa fare perché tutti volevano stare in amicizia , sorridere, gioire. Giornate come queste riempiono il cuore (anche la pancia ahahah), e viene da dire solo grazie a tutti!



### 03.05.15 – STRACERIANO – CERIANO LAGHETTO

#### LA RIVINCITA DI IGNO E... GELATI PER TUTTI!

**Partecipanti: Igno, Enrico; Roby, Trablo, Frizz, Sergio, Frizz, Alfonso e Leonardo.**

E' la prima volta che ci presentiamo a questa Straceriano sotto consiglio di Merk e dobbiamo dire che ne valeva certamente la pena di venire. La partenza è in linea , come fosse una competitiva e a colpo d'occhio i partecipanti sfiorano le 2000 unità, la musica, lo speaker fanno sì che si respiri quasi la stessa atmosfera delle competitive. Alla partenza ci presentiamo tutti allegri, complice una caduta per terra dello smartphone di Alfonso che provoca un boato di risate, ma che non ci evita comunque il solito book fotografico con una foto fatta da Sergio che spicca su tutte dove inquadra solo le gambe di Alfonso che ancora ci fa ridere non poco, il pre corsa ormai sta diventando un ridere unico. Decidiamo di iscriverci come gruppo, siamo in 9 ma io presento la lista prestampata che compone 14 nomi, la cosa comica è che gli organizzatori ci iscriveranno con 14 partecipanti e che ciò ci darà diritto all'ultimo premio come gruppo che udite udite consta di ben 35 buoni da 1 cono o coppetta di gelato alla gelateria di Ceriano Laghetto...incredibile!(questa è proprio bella).

Il percorso si rivelerà molto bello , quasi interamente all'interno del Parco delle groane, senza particolari asperità, anche se a dire il vero la 13km (13,5 effettivi) pur non avendo ascese particolari presentava un dsl+ di 200mt. L'unica cosa che ci ha un poco estenuato, specialmente chi ha fatto la 21 (Alfonso e Roby ,) sono stati i sentieri di campagna "a rotaie" dove non riuscivi ad appoggiare mai bene il piede, Roby e Alfonso faranno molta fatica negli ultimi 7km quasi tutti su sentieri impegnativi.

Buona la prova di Alfonso e soprattutto di Roby che si ripresenta sulla lunga distanza e che ormai ha trovato la continuità che serve per quelle distanze. Fra quelli della 13km segnaliamo la Grandissimissima prestazione di Igno, che scappa all'occhio di tutti in partenza e fino al 5° km rimane davanti con Sergio e Alfonso, poi viene ripreso da tutti e anche dal suo competitor Enrico che ormai fa i primi 5-6km alla grande, ma non appena raggiunto scatta ancora aiutato dal Trablo e arriva staccando l'esterefatto Enrico che ancora non si era ripreso all'arrivo dalla batosta morale e fisica datagli da SuperIgno....(va bene Igno? ) . Frizz e Sergio con il bravissimo Leonardo (che stacca il papà di nuovo), arrivano insieme con leggermente staccato Frizz che oggi aveva un ginocchio che non gli "veniva dietro".

Bene, finisce con il solito Igno che fa il pirla con il tergi cristalli inaffiandoci tutti.....anche questo è spettacolo.

Forza CorRimos Frizz