

## 08.02.2015 – 37° TROFEO AMBROGIO LONGONI – SIRTORI

### IL BELLO DI CORRERE

**Partecipanti: Luca,Gio,Trablo,Alfonso,Fizz,Roby,Ale,Enrico,Sergio e Merk**

La corsa di Sirtori è senza dubbio fra le top five fra le tapasciate dell'anno in quanto a bellezza, per questo stamattina ci è spiaciuto un po' partire sapendo che il mitico percorso da 18km era stato annullato e gli altri 2 percorsi da 6 e 12km erano stati spostati tutti su strada a causa del fondo ghiacciato e la neve presente nei sentieri, anche se a mio modesto parere sono ben più pericolosi i tratti ghiacciati su asfalto che quelli su sentiero. Ma questi posti, aiutati da una giornata fantastica di sole dopo la nevicata recente di Venerdì sanno essere spettacolari anche se si corre su asfalto, dopo una partenza tutti in compagnia, percorso il primo km tutto in salita ecco apparirci un paesaggio fantastico, praticamente tutto l'arco alpino nord occidentale che sembra di toccarlo con mano, e più su ancora il lissolo che ci offre una vista stupenda su tutta la vallata innevata. Talvolta la fatica di salire su per i pendii, la ricerca della prestazione ti fa perdere un po' il senso di ciò che stai per fare, di ciò che ti sta attorno, e della fortuna che hai di potertele permettere, non bisogna mai dimenticarselo.

Dopo una partenza al passo in gruppo, ci si sgrana quasi immediatamente, oggi quasi tutti ci inerpichiamo per la 12km, ognuno al suo passo ovviamente, con le eccezioni dei camminatori Luca, Gio e Roby che faranno la 6km.

La strada si inerpica subito con i primi 6 km quasi tutti in salita, passando da Bernaga, risalendo il lissolo fino a Perego al Tetto Brianzolo, salendo praticamente di quasi 200mt di altezza (la 12 km alla fine avrà un dsl+ di 300mt), la salita è lunga e impegnativa ma non impossibile se la affronti con un passo regolare, più fastidio danno le discese ghiacciate con il pericolo di scivolare, in alcuni tratti come in cima al lissolo e scendendo verso Sirtori ti si aprono paesaggi e scorci idiliaci, peccato che fai fatica ad alzare la testa dalla fatica.

Alfonso e Ale prendono subito un passo che Frizz non riesce e non vuole tenere, i primi km fatti in salita al freddo con l'aria che sembra gelarti i polmoni meglio salire senza strappi, tanto sono le tue gambe che ti fanno chiaramente capire che ritmo tenere, e in certi momenti "ghe né minga". Trablo e Sergio corrono insieme fino al 10° km, Merk li precede di poco dimostrando di essere a suo agio su questi percorsi, mentre Enrico soffre i primi 6 km di salita ma poi si rifà nel tratto finale. Nel tratto finale Alfonso e Ale sbagliano il percorso (si rinfacceranno la colpa ma stavolta mi sa che è stato il naso di Alfonso a farli sbagliare), e lo allungano di circa 1 km ritrovandosi a fare l'ultimo tratto insieme al Trablo che in discesa aveva staccato Sergio, noto per correre le discese più lento che le salite. La discesa finale ci fa sentire tutti più forti e chi riesce si butta a capofitto, ma anche qui impossibile non notare la catena del Monterosa innevata con ai suoi piedi una nebbiolina che sembra fargli da sottofondo, ma attenzione l'ultima curva è piena di ghiaccio, meglio guardare per terra!

Che dire d'altro, ah si dimenticavo: Carlo, oggi per Trablo è stata dura non averti accanto, lo abbiamo visto piangere sul lissolo, Sergio ha provato a rincuorarlo ma lui continuava a ripetere che senza di te non ha più senso la corsa, tanto che per la prima volta non è riuscito a tenere i 10kmh ahahah.

Allegati: altimetria:

Forza CorRimos

Frizz



