

## 12.03.2017 – CAMMINATA AVIS LOMAGNA – LOMAGNA

### TU CHIAMALE SE VUOI.....EMOZIONI.....

#### **Partecipanti: Merk,Roby,Alfonso,Ale e Frizz**

Ci sono domeniche in cui correre non è solo la bellezza di fare esercizio fisico in compagnia, quando anche la natura ci mette lo zampino con una giornata primaverile e un percorso fantastico tutto sembra avere una valenza diversa, più piena, come quasi si aggiungesse ai nostri 5 sensi un sesto. Questa mattina arrivando a Lomagna è come si fosse aperto un sipario davanti a noi: et Voilà è primavera!, con i suoi colori accesi che sembravano stati ridipinti nella notte, il sole che finalmente riscalda il corpo, la collina di Montevicchia in fiore a dominare il panorama dall'alto, perfino noi eravamo diversi quasi elettrizzati e smaniosi di buttarci in questa giornata fantastica .

Forse non ve ne siete accorti ma queste sono le stesse parole con le quali ho descritto la corsa odierna 2 anni fa, sono andato a rileggerla e non aggiungerei una virgola, si perché oggi abbiamo provato le stesse emozioni, forse addirittura amplificate dal fatto che alcuni di noi era da tanto tempo che non si cimentavano su percorsi sopra i 20km. La cosa che piace sottolineare è che se dopo 15 anni di corse domenicali ancora lo stupore ci pervade, il piacere di stare insieme ancora scalda gambe e cuori, la corsa e la fatica ancora sono il nostro carburante, e la salute regge, vuol dire che il nostro non è solo esercizio fisico per tenersi in forma , ma come cantava Lucio battisti le nostre possiamo chiamarle “emozioniiiiiii”.

Sorvoliamo sulle emozioni provocate da Alfonso stamattina al Taurus impegnato in un tentativo fantozziano (fallito) di arte manuale con un guanto, ci ritroviamo solo in cinque ben determinati a fare il percorso da 21 km. Arriviamo sul posto e dopo le solite foto partiamo, ben consci che ci aspetterà tanta fatica (450dsl+), ma anche un percorso stupendo.

Alfonso e Ale in dolce compagnia nei primi 2 km prendono subito il loro passo, io e merk li teniamo a vista d'occhio almeno fino al 10° km, io specialmente temo di restare senza carburante negli ultimi 5 km , tanto tempo che non mi misuro su queste distanze e fatiche, per cui preferisco non osare più del dovuto. Dietro Roby, che si butta quasi alla cieca dopo un lungo stop su queste distanze e che farà tutto in solitario i 21 km

Il percorso , per quanto riguarda la 21km appare sin dai primi km notevolmente indurito rispetto a quello classico fatto fino a 3 anni fa, con l'inserimento del tratto che ci ha fatto entrare nella valle del Curone da Bagaggera facendoci salire attraverso delle scalinate quasi verticali in cui abbiamo dovuto aiutarci con le mani sulle ginocchia, fino ai piedi della basilica di Montevicchia , con un passaggio inedito attraverso i Vigneti del famoso Pincianel e una tenuta veramente incantevole da cui si godeva una vista unica sul versante Bergamasco, anche questa mai inserita in nessuna delle tapasciate locali. Miscelando il tutto ne è venuta fuori una giornata indimenticabile.

Tanti i momenti di difficoltà, la fatica è stata tanta, ma come non rendere omaggio a tanta bellezza, Ale e Alfonso tirano il gruppo andando in difficoltà negli ultimi 2 km ma facendo tutti e 2 meglio di 2 anni fa, io e Merk ci bilanciamo, nella fase iniziale Merk mi fa da apripista e detta il ritmo, poi va un po in difficoltà nelle salite e allora sono io a fargli da punto di riferimento , gli ultimi km sono con le gambe legnose e stanche ma si tiene botta fino alla fine. Ed infine ecco arrivare Roby, soddisfatto e sollevato per aver retto fisicamente per tutti i 21km fatti in solitario, grande Roby! .

E' già tutto finito, si , oggi viene da dire così, 2 ore e passa faticosissime ma ad averne la forza verrebbe da fare un altro giro.

Forza CorRimos

Frizz



