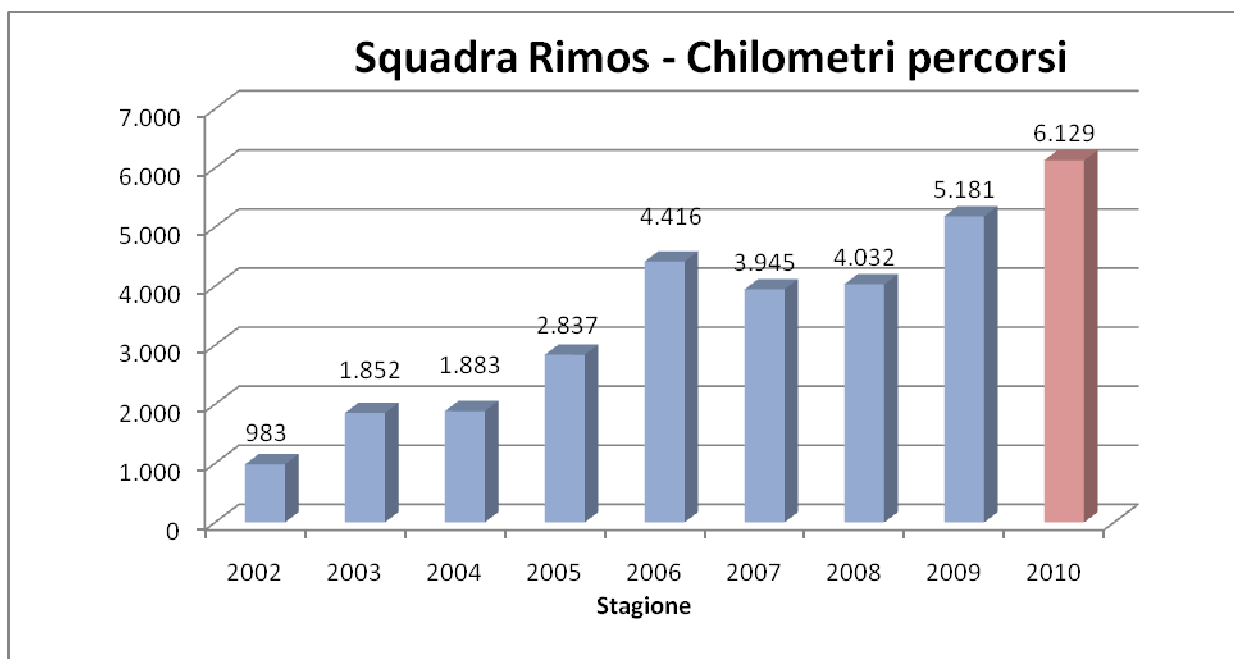


"Se desideri vincere qualcosa puoi correre i 100 metri.  
Se vuoi goderti una vera esperienza corri una Maratona"  
**Emil Zatopek**  
campione olimpico 1952 nei 5.000m, 10.000m e Maratona

## GRUPPO RIMOS, SEMPRE PIU' IN ALTO...

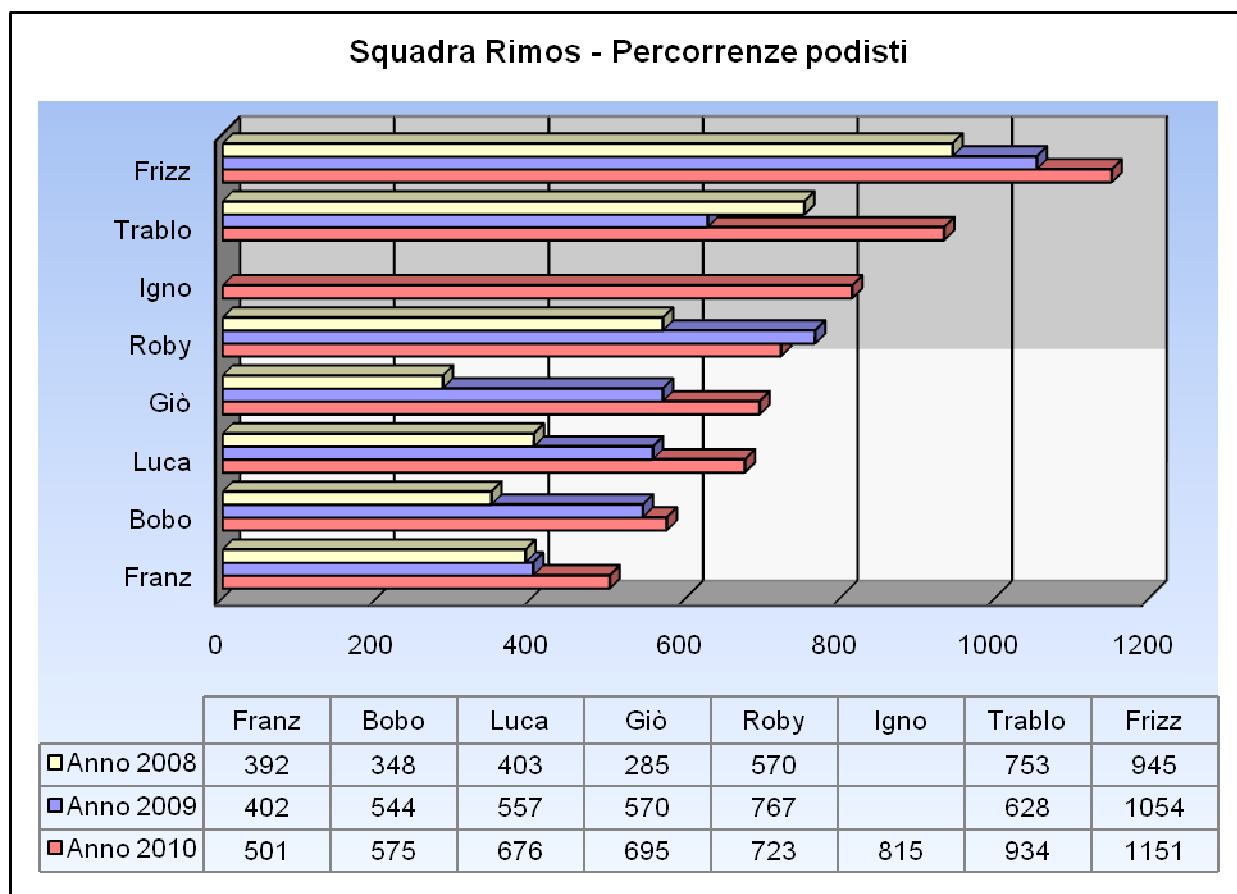
Seconda stagione consecutiva di crescita vigorosa per i podisti del gruppo Rimos, che percorrono ben 6.129 km, con un progresso di oltre il 18% rispetto alla pur eccellente annata precedente. Questo risultato è merito di tutti gli atleti, dei 'vecchi' che hanno saputo segnare i loro record assoluti di percorrenze (Frizz, Luca, Giò, Bobo e Trablo), dell'ultimo arrivato Ignazio che è partito con il botto (nessun podista del gruppo aveva superato gli 800km alla prima stagione!), di Roby che quest'anno ha saputo consolidare il risultato della stagione precedente e del redivivo Franz, tornato dopo quattro anni a superare quota 500km, e ciò nondimeno relegato all'ultima posizione in classifica dai progressi di tutto gli altri. E già, forse questo è alla fine il dato che dice di più sui miglioramenti della squadra: una percorrenza con la quale fino al 2005 ci si sarebbe giocati la vittoria e che ancora nel 2008 avrebbe collocato un RimosAtleta ai piedi del podio oggi vale solo l'ultima posizione!



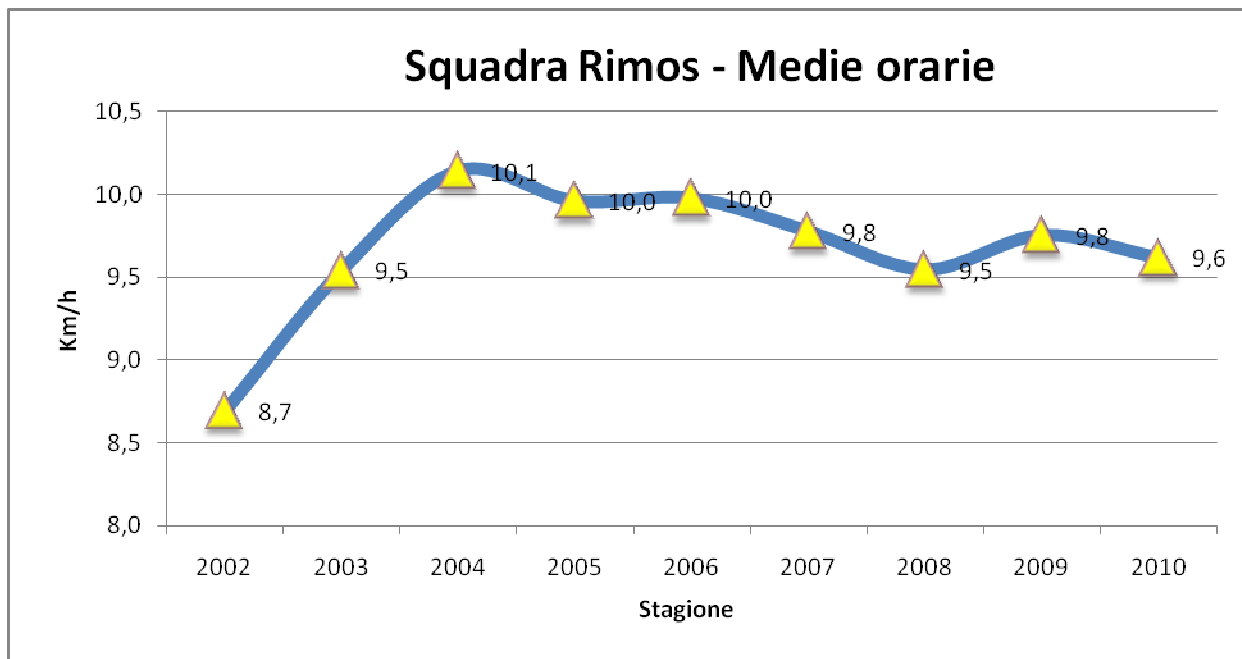
Insieme ai chilometri, sono aumentate considerevolmente anche le ore di corsa (da 531 a 637), le uscite (quest'anno 60, con una sempre più frequente partecipazione ad infrasettimanali e serali), e le competizioni che hanno visto i Rimosatleti ai nastri di partenza (ben 74, una delle quali all'estero).

Visti i livelli già raggiunti nel 2009 non ci potevamo senz'altro attendere di realizzare ulteriori progressi. Invece, quasi tutti gli effettivi hanno saputo fare meglio dell'anno precedente (figura 2), con un risultato addirittura eclatante del Trablo (+48%), una crescita di oltre il 20% per i Trimos (Luca, Giò e Franz, che si sono dato man forte correndo insieme in gran parte delle uscite autunnali), mentre non smette di stupire il Frizz che riesce a marcare ancora un +9% sul 2009 pur avendo già l'anno scorso superato i 1.000km e si consolida ulteriormente (+5%) anche il nostro mitico Bobone.

Anche quest'anno poi abbiamo avuto un nuovo inserimento: è l'inossidabile Igno, che ha davvero bruciato le tappe mettendo insieme 815km e coronando la sua stagione con due perle come la Cortina-Dobbiaco e l'esordio in Maratona a Venezia.



Per quanto attiene alla velocità, la media generale di squadra è scesa leggermente rispetto al 2009, attestandosi ad un sempre onorevole 9,6kmh. Su questo dato ha però inciso non poco il calo ormai molto rilevante nelle percorrenze del nostro cerbiatto Luchino, sempre più impegnato con l'orientering, ed il mancato conteggio rispetto all'anno precedente delle prestazioni di Enzo Rullo. Infatti senza considerare questi elementi la media di squadra risulta di 9,6kmh anche nel 2009.



Anche quest'anno ci sono stati molti momenti speciali che non possiamo dimenticare.

L'evento clou è senz'altro stato l'esordio di Roberto ed Ignazio nella nostra Maratona preferita (quella di Venezia), corsa con loro anche da Frizz e dal Trablo, dunque con la presenza record di ben 4 Rimos ad una Maratona ufficiale.

Prima ancora avevamo vissuto la grande soddisfazione di trovarci insieme addirittura in sette sullo splendido percorso della Cortina-Dobbiaco, conseguendo il nostro record di 210km totali in una sola domenica e registrando l'esordio su una distanza così lunga del nostro Giò.

Massiccia anche la partecipazione, con ben 6 podisti, all'altro nostro classico (la Mezza di Piacenza) con l'esordio sulla distanza del Bobo, che ha poi bissato – dando prova di tutte le sue ben note abilità tecniche – anche in quel di Monza. E fra le competizioni ufficiali non si possono dimenticare la prima Ecomaratonina di Colico e la nostra prima internazionale alla Stralugano, con tre podisti impegnati e l'incontro con una nuova amica, quella Lucrezia che ha poi portato la nostra maglia fino alla lontana Asia.

Queste sono, come sempre, solo alcune pennellate delle nostre domeniche in amicizia. Ricordi che portano con noi ogni domenica anche le persone che ci sono vicine e che poi ritroviamo al traguardo nelle occasioni speciali: Chiara, Matteo, Pietro, Martina, Veronica, Yuri, Alessandro ed Emma, con Donatella, Lorena, Anna, Barbara, Lucia, Vilma e Monica. E gli altri nostri cari che non citiamo, ma sentiamo sempre vicini e immaginiamo ci seguano sempre con il loro sorriso saggio e benevolo. E gli amici dell'Ul gir de Munt, con i quali condividiamo l'organizzazione di eventi sempre più riusciti e di splendide serate in compagnia, cominciando dai soliti Enzo e Dante. E la nuova arrivata Irene, che ha dato un colore speciale alla stagione del nostro mitico Bobone.

Ma eccoci al clou di questo articolo, quello che tutti in realtà attendono con ansia: la proclamazione degli ambiti premi. So che tutti aspettate solo questo momento, e sono certo che qualcuno sarà addirittura corso in avanti nella lettura dell'articolo per conoscere subito il prescelto. E allora, ecco la proclamazione.

*"Nunzio vobis gaudium magnum. Habemus Rimosatletam a.d. MMX. Novus cursor maximus, ordine nonus, est Laurentus Trabuccus, vir longobardus, quid inde ab anno bismillesimo quintus Rimosateticae cohorti interfuit. Nomen, quod novus Rimosatleta sibi imponi voluit, est Trablo I."*

## ATLETA DELL'ANNO: 1° TRABLO; 2° Frizz; 3° Igno

Come vedete dalla tabella allegata funzioni parametriche e lisciature esponenziali non hanno alla fine influenzato il risultato finale: vincitore è risultato senza dubbio il nostro Trablo, secondo per distanza percorsa ed uscite ma primo per il miglioramento nelle percorrenze con un incremento addirittura di 306km!

CLASSIFICA ATLETA DELL'ANNO 2010

POS.	ATLETA	Km Totali	Punti Km	Uscite totali	Punti uscite	Migl. Km	Punti migl.Km	Migl. media	Punti Media	Punti Totali
1°	TRABLO	934	0,67	50	0,45	306	0,49	0,00	0,00	1,60
2°	FRIZZ	1151	0,90	55	0,55	97	0,09	0,00	0,00	1,54
3°	IGNAZIO	815	0,52	44	0,31	239	0,41	0,05	0,05	1,30
4°	GIO	695	0,35	45	0,32	119	0,21	0,60	0,34	1,23
5°	LUCA	676	0,32	45	0,32	125	0,22	0,10	0,06	0,92
6°	ROBY	723	0,39	40	0,21	-44	-0,06	-0,30	-0,03	0,52
7°	UMBERTO	575	0,15	45	0,32	31	0,06	-0,20	-0,02	0,51
8°	FRANZ	501	0,00	34	0,00	99	0,25	-0,20	-0,02	0,22
	Media	759		44,7						

Siamo davvero tutti molto felici che un'ottima stagione abbia alla fine premiato Trablo, troppe volte battuto nelle precedenti edizioni dalla prestazione eccellente di questo o di quell'atleta e peraltro capace di salire sul podio del nostro concorso addirittura tre volte negli ultimi anni!

Secondo in classifica il solito grande Frizz, che non smette di stupirci per il valore assoluto delle sue prestazioni, finito ad un'incollatura: pensate che se solo il Trablo avesse percorso 20km in meno, o il Frizz 20km in più il vincitore alla fine sarebbe stato lui...

Terzo la recluta Ignazio, finisher in Maratona e soprattutto con un notevole potenziale di ulteriore crescita: la costanza con cui si è cimentato nelle percorrenze più lunghe nella seconda parte dell'anno lasciano presagire per lui grandi possibilità per la stagione che si apre e il Frizz è consapevole che il divario nelle percorrenze è probabilmente destinato a ridursi.

Quarto il Giò, che ha migliorato il proprio risultato chilometrico ma soprattutto la media rispetto allo scorso anno, segno di una condizione ormai ottima della quale anche i migliori si sono ormai accorti nelle ultime corse dell'anno sentendolo ringhiare alle spalle come ai bei tempi... anche lui comincia il 2011 con grandi promesse.

E poi anche Luca che si supera sfiorando i 700 km e il Roby che ormai affronta con scioltezza le lunghe distanze e che sulle medie minaccia di poter presto superare il Frizz, e il Bobone esacampeon del 2010 (ci metto anche la coppa Irene) e il Franz che quest'anno ha ricostruito le sue fondamenta.

Cosa chiediamo al 2011? Solo di poter continuare a vivere le nostre domeniche in amicizia, serenità e, sperabilmente, nella migliore salute. Nella prima parte dell'anno pensiamo di dedicarci soprattutto alla preparazione delle Mezze, distanza ormai digerita da tutti, e se poi tutto andrà come deve in autunno coltiviamo questo sogno di trovarci finalmente tutti insieme, in 8 (Bobo, ci devi essere anche tu...) a correre la nostra Maratona preferita.

Grazie ancora a tutti quelli che ci hanno seguito quest'anno sul sito e nel forum. Restate con la nostra allegra brigata anche nel 2011.

Buon anno a touch da Franz