

01.02.14 – 33° CAMMINATA A ROBBIANO – ROBBIANO

SOLE,CIELO, TERRA,NEVE

Partecipanti: Merk,Luca,Gio,Ale,Trablo,Alfonso,Frizz,Enrico e Carlo.

Ci sono alcune Domeniche in cui ti domandi: “ ma chi me lo fa fare di alzarmi, ci sono 3 gradi sotto zero, ho sonno...” , ma l’esperienza ormai ti spinge ad alzarti, sai benissimo che appena ti sarai alzato e ti sarai messo le scarpe tutto apparirà diverso, gli amici mi aspettano al taurus (e solo questo vale il prezzo del biglietto), anche se la chat già ci avverte che Igno da forfait, dopo la bella serata di ieri sera all’oratorio di Albiate a base di cassoela e polenta e zola, con Roby,Frizz, ed Enrico, finita con una sfida impari a calciobalilla stradominata dalla coppia Frizz Enrico (Enrico fuoriclasse)sull’altra coppia Igno Roby. Ma la vera ricompensa ci appare non appena percorriamo i primi 300 mt , il tempo di fare 2 curve ed uscire dal paese , ed ecco aprirsi davanti a noi un paesaggio da cartolina, sole limpido, cielo azzurro e campi ancora in larghi tratti innevati, mi ritorna in mente la domanda che mi sono fatto questa mattina (chi me lo fa fare) , la risposta ora la trovo solo alzando lo sguardo verso l’orizzonte, a parte qualche ripensamento quando ad eclissare il sole ci pensa il naso di Alfonso ahahaha.

Quest’oggi solo 2 temerari si spingono sulla 25km (ridotta di circa 1,5km a causa del ghiaccio): frizz e Alfonso, mentre tutto il resto della squadra farà la 15km, salvo la coppia Gio e Luca che oggi timbra 8 km.

I percorsi sono abbastanza belli e anche duri anche se la 25 spicca sia per la bellezza del percorso che per la sua altimetria che come vedete sotto è di 350mt d+, e anche perché ha tanti tratti nel verde.

Partenza sprint di Ale ed Alfonso che staccano quasi subito Frizz, Ale oggi correrà la 15 km puntando sul ritmo, (a proposito complimenti al nostro meritatissimo Atleta dell’anno 2014 eletto a casa Trablo il 23.1), seguito dal resto della squadra che si misurerà sul percorso da 15km con il trio Trablo,Carlo e Merk che correranno assieme, ed Enrico che oggi appariva un po “casseoulato”ma sempre tosto e concentrato a staccare il più possibile Igno in classifica. Luca e Gio proseguono nelle loro camminate/corse itineranti.

Una domanda sorge spontanea dopo 6 corse dall’inizio dell’anno: la coppia Trablo/Carlo va bene che abbiano stessi km , stesso tempo impiegato, d'altronde corrono insieme, ma soprattutto, come fanno a tenere ogni corsa la media di 10kmh?, corrono con il cruise control? (Vi posso assicurare che tutte le 6 corse le hanno corse a 10kmh).

Da tenere in considerazione i notevoli miglioramenti di Alfonso, che ormai si esprime bene anche nelle lunghe distanze oltre i 20 km, certo il fisico lo aiuta, ma va dato merito della sua tenacia e bisogna considerare che lui in settimana non si allena. Complimenti ad Alfonso quindi, di cui oggi abbiamo scoperto(grazie a Sergio) una somiglianza impressionante con il padre della lingua italiana : Dante Alighieridue gocce d’acqua...

Ecco, un'altra Domenica di corsa se ne è andata, aspettando la prossima a Sirtori, anche questa una delle più belle dell’anno

Allegati: altimetria e percorso 25km.

Forza CorRimos

Frizz



