

## **“Valtellina Wine Trail” 2015 – Marco Tresoldi**

**VWT** report: sabato ore 5:30 del mattino, io, Pier, Enrico, Antonio e Edo, ci siamo dati appuntamento alla fontana di Gorgonzola, per partire alla volta di Sondrio, ed affrontare una nuova avventura. Arrivati a Sondrio, dove ci ha aspettati Mario, abbiamo posteggiato vicino all'arrivo, rivelatosi poi una genialata, abbiamo preso il treno per il punto di partenza a Tirano.

Ero molto preoccupato per i tanti chilometri che mi aspettavano, non avevo abbastanza fondo nelle gambe, e in più c'era il dislivello da affrontare, comunque pensavo “iniziamo ad arrivare a 30 poi ci penseremo”. Dopo qualche foto di rito in attesa dello start, siamo partiti alle 10 in punto, Mario e Antonio come da copione hanno preso il largo, il primo tratto lo corso con Pier, Edo e Enrico, i Primi 2km di asfalto per attraversare il paese poi prima salita per il Santuario della Madonna/S. Perpetua, tutti fermi, il passaggio era stretto e si era creato un ingorgo.

Al settimo chilometro, il primo passaggio nella cantina vinicola, con un piccolo ristoro, e foto di gruppo, molto bello con anche un gruppo musicale che suonava, dopo qualche chilometro tra Sali scendi tra i vigneti, sempre tenendo un passo lento e costante per preservare energie, è iniziata una lunga salita, fino a toccare il punto più alto del percorso (circa 860mt), mi concedo una pausa al punto ristoro poco più avanti, cambio maglia, mangio qualche biscotto bevo una bottiglia d'acqua, non è rimasto molto da mangiare chi è passato prima aveva divorato tutto.

Sono ancora con il gruppo, siamo al 19K, inizia un po' di discesa, le gambe iniziano a protestare (di già!!), ma andiamo avanti, rallento un po' abbandonando il gruppo e continuo in solitaria.

Cerco le zone soleggiate perché ho freddo, la giornata è stupenda per fortuna, passo il cancello a Chiuro, sono al 27K in 3h50m, altro ristoro con solo acqua e qualche biscotto, meno male che mi sono portato 2 bustine di Sali e ne ho presa una.

Si riparte, il più è fatto, in salita cammino, mentre in piano e in discesa riesco a correre, passo attraverso alla cantina Negri immensa piena di botti di tutte le qualità di vini della Valtellina, scatto qualche foto, e riparto, 4km di salita dove cammino, mi sono fermato un paio di volte per tirare i muscoli delle gambe, poi ancora discesa, salita discesa, sentivo un indurimento ai polpacci che voleva uscire ad ogni passo che facevo, fino a quando salgo su una scaletta di 2/3 gradini, e come sforzo con la gamba per salire ecco un dolore al polpaccio un crampo, cado a terra e tento di tirare a gamba, poi è arrivato un corridore che mi ha aiutato.

Vado Avanti, manca poco, supero il rudere/Castello di Grumello, sento la voce dello speaker, e vedo Sondrio dall'alto, il traguardo è vicino, ma il percorso gira dall'altra parte, ed ancora salita, discesa, salita, le gambe mi hanno abbandonato, ma arrivo all'ultimo chilometro, corro con le ultime forze e spinto anche dalla gente che negli ultimi metri mi incoraggiava, arrivo al traguardo accolto da tutti i Gipigioni che mi hanno pazientemente aspettato per festeggiare e scattarmi una foto grandissimi e grazie di tutto.

La Zacup è stata dura, ma questa è stata ancor di più, all'arrivo non riuscivo neanche a parlare, quando sono andato a cambiarmi ogni movimento era un crampo, comunque mai pensato di ritirarmi, oppure durante la corsa pensare o dire le classiche frasi, del tipo "mai più" oppure "chi me la fatto fare" ecc. ecc., frasi che in una maratona classica su strada le ho pensate.

Tornando alla giornata poi grande pasto con pizzoccheri e bresaola, e vino Valtellina sotto un tendone riscaldato, peccato che non avevo fame, ma ho mangiato comunque in splendida compagnia, il pacco gara direi ottimo con vino, Bresaola, Maglia tecnica, e vari altri prodotti, unico neo i ristoranti assaltati dai primi per via del caldo della giornata, e noi ultimi rimasti solo ad acqua e qualche biscotto.

Alla prossima.

Continua.....

*postato da Marco Tres il 08/11/2015 18:43*