

"Maremontana" 2016 – Marco Tresoldi

Maremontana: eccoci qua a raccontare quella che è la seconda pirlata dell'anno dal mio punto di vista.

Partenza ore 6:00 di mattina dal lungomare di Loano, quindi sveglia puntata alle 4:30, colazione, un'ultima occhiatina sulle previsioni meteorologiche, carico dello zainetto di liquidi barrette e maglia di ricambio, lampada perché è ancora buio, e via a raggiungere la zona partenza dove poi mi sono incontrato con il resto del gruppo GPG della 45k.

Dopo le varie foto di rito siamo partiti puntuali alle 6, con la lampada accesa abbiamo fatto un piccolo tratto nella spiaggia per poi continuare per un paio di chilometri sul lungomare direzione Borghetto Santo Spirito.

Prima salita, la più lunga, che ci porta in cima al monte Acuto a 750mt slm, chiaramente cammino per tutta la salita, bisogna conservare le energie, la gara è molto lunga, più si sale e più lo spettacolo si fa interessante, vedere la città di Loano sempre da più in alto alle prime ore del mattino non a prezzo. Inizia anche a tirare un vento forte, fortunatamente però non era aria fredda, tutti eravamo partiti con maglia manica corta, io non ho sentito la necessità di mettermi la maglia manica lunga che avevo nello zaino ed ho continuato.

Arriviamo in Cima al Monte Acuto, il gruppetto si è un po' diviso, Edo, Lele, Luca e Giorgio erano 200/300mt avanti, dietro eravamo io Pier e Fabio, arrivati al primo ristoro al 13°K, ci siamo riuniti e siamo ripartiti tutti insieme. Dopo un breve tratto insieme, si sono ancora formati i due gruppetti, ma noi più lenti, siamo stati premiati della vista di un branco di caprioli (credo siano) che sono passati a 10mt da noi con dei balzi impressionanti. Dopo vari sali e scendi, al secondo ristoro dei 24K ci siamo ancora riuniti tutti, ci siamo scambiati qualche opinione sulla corsa e dopo esserci ristorati e ricaricato lo zaino di liquidi siamo ripartiti.

Sto ancora bene nonostante sono 4h che corro, ci aspetta una salita che ci porta al punto più alto di 1100mt slm, una salita di 1,5k e 300mt di dislivello che mi ha portato via più di 30 minuti, e un piccolo distacco da Pier e Fabio che però sono riuscito a colmare prima di arrivare in cima.

Si continua per il terzo ristoro, ma prima di arrivarci c'è uno strappetto in salita da fare di cui inizio a soffrire e puntualmente a perdere terreno con gli altri, prendo un bastone di legno per aiutarmi anche con le braccia, direi che funziona e una volta scollinato e un piccolo tratto in discesa arrivo al terzo ristoro, siamo al 34°K e ben 6h abbondanti, inizia una lunga discesa che ci porta a 100mt slm in 4 chilometri, questa volta allungo un po' io, in discesa me la cavo bene, il terreno è molto roccioso con pietre instabili dove mettere male un piede e prendere qualche storta è molto facile, comunque vado giù ed hai piedi dell'ultima salita c'è un piccolo rifornimento di acqua e integratori, mi fermo per prendere fiato ed attendo Pier e Fabio per l'ultima salita.

Un disastro, non riesco più a salire, non finiva più, ancora una volta mi ritrovo indietro, ma non di tanto, in mezzo alla salita in un tratto pianeggiante riesco quasi a raggiungerli, per poi riprenderli nel secondo tratto di salita, e nell'ultima discesa che portava a Loano pensavo di riunirmi e arrivare insieme, ma purtroppo ho appoggiato male il piede con conseguente storta che mi ha rallentato, e vanificato il mio piano, ed anche gli ultimi 500mt sulla spiaggia sono stati massacranti, dopo 8h che corri ti ritrovi su un terreno dove il piede sprofonda dentro la sabbia fai il doppio della fatica ed anche sul bagnasciuga non cambia niente.

All'arrivo solita grande accoglienza Gipigesca, questo è un grande punto di forza anche per chi arriva dietro.

Non sono del tutto soddisfatto, dovevo fare la 60k e non penso che l'avrei portata a termine, l'aspetto positivo è che fino al 40°k stavo abbastanza bene solo l'ultima salita mi ha stroncato, è stata molto dura, ma comunque una gara molto bella.

Grazie a tutti e alla prossima.....

postato da MarcoTre il 04/04/2016 16:51