

## **"UltraBericus Winter" 2017 – AntonioS, Pier**

**Antonio**

@UB winter:

Mi ha fatto piacere tornare sui Colli Berici per replicare l'esperienza fatta a fine marzo...

Bel percorso, quasi tutto tra boschi e sentieri con il bitume necessario solo per transiti veloci verso altri sentieri o mulattiere.

Bella compagnia che ha reso abbastanza corta una giornata in cui abbiamo fatto più ore in macchina tra andata e ritorno che di corsa. Ma fa parte delle pirlate anche lo spostamento e anche quello con le persone giuste è molto piacevole come in tutte le altre occasioni.

Della gara ha raccontato tutto Pier, aggiungo solo i complimenti a lui per la prestazione, 1° di categoria per la seconda volta in questo anno non è certamente un caso, a Marta (scusami... ho messo prima lui perché è più anziano e forse anche un po' "prima donna") bravissima come sempre e con quella voglia agonistica (che non guasta mai!) nel ricorrere le altre ragazze anche dopo l'errore di percorso.

Complimenti anche a Lele che dopo le soddisfazioni sul bitume quest'anno si è divertito molto anche con i trail.

Io mi sono divertito molto soprattutto senza farmi mandare affankulo anche ieri dalle caviglie in discesa... con moderazione in tutto per questa che non era l'ultima, era solo l'inizio della preparazione per il nuovo anno!!!

Conti di fine anno anche per me: 13 pirlate con pettorale. Circa 540km di trail (il più possibile "no bitume") d+ 28.300m circa (non sono le distanze ufficiali, ma quelle del mio orologio da polso... di cui più o meno mi fido!).

COMING SOON ...trail autogestiti in bella compagnia e terzi tempi all'altezza del periodo finale dell'anno!!!

Ciao  
AS

*postato da AntonioS il 11/12/2017 15:58*

## Pierangelo

@UltraBericus Winter:

oggi sui colli Berici (VI), con la sempre stupenda compagnia-GPG di Marta, Lele e AntonioS (che ringrazio per tutto, anche per avermi fatto a turno da splendide "lepri"), ho così raggiunto e completato l'obiettivo che mi ero prefissato a inizio anno (che per me è stato il 60esimo...sigh!), cioè quello di correre una corsa Trail/in montagna al mese.

Ho addirittura superato questo traguardo, perchè, oltre a "marcare" una gara al mese, a novembre ne ho fatte due... quindi sono 13 le gare "ufficiali" del 2017, nell'ordine...

Gennaio: Montefortana (44K); Febbraio: Brunello Crossing (44K); Marzo: Ultrabericus (22K); Aprile: TrailColliEuganei (42K); Maggio: "Soave-Bolca" (45K); Giugno: Monza-Resegone (42K); Luglio: "Cervino X-Trail" (30K ridotti a 20 per maltempo); Agosto: "Giir di mont" (32K); Settembre: Marathon Trail Lago di Como (30K); Ottobre: Ecomaratona del Chianti (42K); Novembre: "Valtellina Wine Trail" (42K) e "Maddalena Urban Trail" (26K); Dicembre: "UB Winter" (34K).

Tutte queste gare sono state caratterizzate non solo dalla loro bellezza, difficoltà tecnica, grande compagnia GPG, etc. ma anche (finalmente!) da un mio crescendo di forma, che mi ha permesso di risultare in due di esse il 1° di categoria... prima al "Trail del Lago di Como" e poi... anche oggi alla "UBW"!

Già, oggi è stata davvero una gran bella corsa nella quale mi sono divertito un mondo e dove la gamba ha "girato" bene sin da subito, nonostante la mia schiena indolenzita, che ne aveva messo in dubbio addirittura la mia partecipazione.

Si è partiti con un freddo/gelo notevole e i primi km sono stati parecchio brinati e ghiacciati, con quindi il pericolo di scivolare, poi mammano il freddo si è un po' allentato e si sono passate ore e ore (circa 4) tra un susseguirsi di colline, boschi e sentieri resi molto spesso molto tecnici dalla loro pericolosità, dettata dalle foglie che coprivano il fondo, sotto il quale non si poteva sapere cosa si celasse... pietre, sassi, rami, etc.

Quindi bello, bello, bello davvero, un vero Trail "invernale", con salite non lunghissime ma con diversi strappi impegnativi, nei quali occorreva camminare e discese nelle quali ci siamo buttati giù a capofitto, divertendoci come bambini.

Io però, un po' come sempre ma oggi in particolare, sono stato più attento del solito perchè non volevo ruzzolare e farmi male... insomma volevo assolutamente finire la mia "pirlata di dicembre" per completare l'anno.

Oltre alla 34K (con 500 iscritti) c'era anche una "Speed" di 17K (con altri 300), per cui la partenza e i primi km sono stati parecchio affollati, tanto che in alcuni tratti ghiacciati si formava il "tappo" e ci si doveva fermare sino a che questo si smaltisse.

Siamo però partiti subito forte e io, visto che la distanza era per me più corta del solito, ho cercato di tenere il passo di Marta e Lele (Antonio si è subito involato poco dopo la partenza).

Sono riuscito a tenere Marta "a vista" per circa un'oretta e poi più o meno altrettanto ho corso con Lele (in formissima anche lui, dopo la sua recente maratona a Firenze sotto le 3h30m).

Andava fortissimo anche lui, soprattutto nelle discese... dove mi sono sforzato di rimanergli alle costole e ci sono riuscito, sino a quando abbiamo raggiunto addirittura Antonio (un po' al cazzeggio) che, come mi vede, dice "dai, andiamo tutti a prendere Marta". Non riporto qui quello che gli ho detto... e, ovviamente, prima lui e poi Lele si sono piano piano riallontanati da me.

Proseguo così da solo per un po', sempre però in modo sostenuto e riesco a fermarmi solo due volte per i miei classici "pit-stop" liquidi (ho cercato infatti di bere poco proprio per quello...).

Quando arrivo al terzo (e ultimo) ristoro, attorno al 25° km, vedo lì con meraviglia Marta, Anto e Lele... i primi due sono stati rallentati da uno sbaglio di percorso (più lungo per Marta), tanto che poi si sono ricompattati tutti e tre.

Ripartiamo così insieme e, ovviamente, tutti e tre si involano ancora... riesco a scorgere poco davanti a me solo Lele, sino a quando un mio "pit-stop" me lo fa perdere definitivamente di vista.

L'ultima salita, attorno al 30°km, piuttosto tosta, la prendo quindi con più calma, anche perchè le gambe cominciano a farsi sentire... non ero mai partito così forte in un Trail... e nella successiva ripidissima discesa si presentano anche dei dolori alle cosce, quindi decido di andare giù tranquillo, anche perchè ormai il più era fatto e i sentieri diventavano sempre di più larghi e senza difficoltà.

Quando vedo (e sento) il traguardo sotto di me capisco che manca poco e quindi, visto che ero ancora sotto le 4ore, spingo un po' per cercare di chiudere sotto questo tempo... e ci riesco!

Arrivo stupendo... lo speaker, la gente che applaude e... i miei amici gipigioni che mi festeggiano... con Anto che subito mi piazza in mano un bel bicchiere di birra... cosa pretendere di meglio?!?!?

Per dovere di cronaca...

Marta ha chiuso in 3h51m (con però un allungamento del percorso non indifferente) come 16a donna, AntonioS (con allungamento più breve perchè si è accorto prima dello sbaglio) in 3h52m, Lele in 3h55m e io, come detto, in 3h59.

Mentre torniamo a casa in macchina, guardando la classifica, Lele mi dice che sono arrivato 1° di categoria... nella mia "Over 60" eravamo in 9... con il 2° che è arrivato solo 30s dietro di me e il 3° dopo altri 30s dietro di lui... non ne sapevo ovviamente niente e non ho certo "tirato" per quello, però il risultato, nel mio piccolo, non nego che mi dà una certa soddisfazione.

Anche l'ordine d'arrivo assoluto (175° su 457 arrivati entro il tempo massimo) non è affatto male... e mi dà la spinta per un 2018 pieno di altre grosse ma altrettanto belle "pirlate"... a iniziare dalla "Montefortiana" del 21 gennaio.

Ringrazio ancora i tre gipigioni con i quali oggi ho passato una splendida giornata e corso uno splendido Trail.

*postato da Pier il 10/12/2017 23:25*