

"Monte Canto" 2017

Pierangelo

@Sky del Canto:

Come da nostro "programmino-pirlate" invernali, stamattina io, AntonioS, Lele e SteMark abbiamo corso il percorso permanente della gara "Sky del Monte Canto", un anellone che gira tutto attorno a questa bella montagna (non troppo alta ma molto "larga"), sulla quale si corre in moltissime tapasciate bergamasche (ne ricordo solo alcune... Carvico, Terno, Calusco, Sotto il Monte, Villa d'Adda, Pontida, etc).

In pratica si sono corsi tutti i sentieri possibili e immaginabile che vengono parzialmente corsi in queste tapasciate, con un continuo saliscendi, senza tregua, tutto e sempre su sentieri, a tratti anche molto ripidi e tecnici.

Il "giro" è dato per 22km ma noi, essendo partiti circa 500mt dopo, dove c'è un bel parcheggio proprio alla ricongiunzione tra andata e ritorno, ne abbiamo fatto circa 21, con un dislivello positivo di circa 1300mt (misurati 1400), quindi una enormità in rapporto ai km.

Pur non avendo alcun tratto in cresta, esposto o comunque "attrezzato" con corde/catene e pur essendo molto "basso" (si arriva al max a 700mt), questo giro può essere senz'altro classificato come "Sky"... sia per la assoluta mancanza di "bitume" (poche centinaia di metri alla partenza) e soprattutto per i sentieri, tipici di montagna, quasi sempre corribili ma in alcuni tratti assolutamente no, da fare camminando piegati in due anche da parte del "Top runner", per via delle pendenze esagerate che si affrontano.

Avevamo anche paura di perderci ma, prima abbiamo studiato accuratamente il percorso sul sito www.carvicoskyrunning.it e poi Antonio e Lele si sono scaricata e poi "installata" la traccia gpx su Maps del cellulare... quindi, in pratica avevamo il navigatore montano in tempo reale... che strafigata! Inoltre SteMark aveva già corso questo giro, quindi ci ha potuto aiutare in alcuni punti veramente complicati, nei quali la segnaletica (per il resto molto presente) non era molto visibile e chiara, a causa di repentine svolte, sempre rigorosamente su "tracce" nei boschi.

Terreno secco ma non ghiacciato, quindi pressochè ideale... unica difficoltà le tante foglie che, se da un lato "ammortizzavano", dall'altro nascondevano le insidie sottostanti (pietre, radici, etc.).

Il giro, come detto, è stato molto impegnativo e bello, ci siamo fermati diverse volte per scattare foto e ristorarci, per cui alla fine abbiamo chiuso in circa 3h45m, a parte AntonioS e Lele che, essendo poco avanti a me e SteMark sulla ripida discesa finale, non hanno visto l'ultima deviazione e quindi sono scesi poco più avanti, arrivando alla macchina qualche minuto dopo di noi.

Io avevo un terrore fottuto per la mia schiena, che però ha retto bene e solo sull'ultima discesa ha iniziato a farsi sentire un po'... per cui sono sceso molto tranquillamente, comunque senza dolore, quindi sono molto contento!

E' stata anche una bella faticaccia... dopo un paio d'ore di gamba buona... gli altri tre "semi-top" hanno dovuto aspettarmi periodicamente... cosa che per me era del tutto naturale, anche perchè venivo da un parziale "stop" (causa schiena) di una ventina di giorni, quindi, va benissimo così.

Concludendo... gran bel giro, tosto e allenante, molto più lungo e duro di MV, perchè rispetto a quel bel "collinare" brianzolo, questa è pura montagna berghemer...

Ringrazio gli amici per la compagnia e per il "terzo-tempo" in pizzeria "La forchetta d'oro" (a poche centinaia di metri dalla partenza/arrivo), dove abbiamo degnamente concluso la giornata.

Ricordo che domattina, alle 8.30, ci saranno alcuni gipigioni sull'alzaia, appuntamento sotto il ponte di ferro all'altezza del centro sportivo.

Io stavolta non ci sarò ma auguro a tutti buona corsa e soprattutto...

Buon Anno!

postato da Pier il 30/12/2017 21:16