

Tavazzano 2018 – Comigius, Lino, depa, Fabri77, Pier

Giuseppe

@Tavazzano:

Dopo un fantastico Montevvecchia ieri (terzo Sabato, terza uscita, in cui abbiamo provato tutto: neve, pioggia, fango e ultra-fango, grandissimo divertimento, attento a non farsi male) oggi bella corsa a Tavazzano tra Muzza, cascine, mucche, maiali e tanti fantastici gipigioni. Ogni volta ti senti in famiglia!

Così anche la fatica passa in secondo piano.

Oggi niente pioggia ma un vento gelido e teso, ci ha sferzato fin dalla partenza.

Ed allora partiamo prima delle 8 per evitarci un congelamento domenicale.

Il gruppo si sgrana, ognuno col suo passo, ma poi qualcuno ti supera, qualcuno lo superi: sempre una battuta, un saluto ed alla fine 3 km di vento contro per farti sudare l'arrivo nella piazzetta.

Un cambio veloce per non prendere acciacchi.

Premiazione con un altro grande primo posto ai quasi 80 gipigioni.

Non diamolo per scontato: è sempre qualcosa di straordinario!

Ed ora guardiamo alla prossima "pirlata" dell'anno: la mia prima MAREMONTANA a Loano!

Speriamo in un meteo clemente e poi che sia un grande divertimento in mezzo ad una natura incontaminata "tra mare e neve" e... che il Dio del Trail sia con noi!

Keep going GPG!!!

Ciao Giuseppe

postato da Comigius il 18/03/2018 12:28

Lino

Oggi a Tavazzano il tempo é stato clemente, anche se con parecchio fango, sono partito per fare la 16 km, poi il bivio era all'incirca all'ottavo km e ho preferito fare la 21, organizzato molto bene a mio attiro, solo un primo dubbio nel primo km che la segnaletica era molto scarna, con tutto il gruppo a fare un bel dietrofront.

Le gambe stanno bene, vado a un ritmo adeguato, che mi da fiducia.

Grazie a Silvana per tutto, visto che oggi c'era un vento gelido che non lasciava tregua, anche sul percorso, ma, stare fermi, da qualche fastidio in più.

Quindi GRAZIE GRAZIE GRAZIE.

postato da Lino il 18/03/2018 16:35

Carmelo

Oggi, dopo parecchi mesi, decido di ritornare alle tapasciate domenicali.....sfidando possibile pioggia, freddo, etc etc.....per dividere fatica e difficoltà col gruppo.

Arrivo a Tavazzano in tempo....posteggio, mi preparo....e alla partenza qualche minuto prima delle 8.00.....trovo solo Phil.....che aspettava Gibo!

Aspetto un po' anche io.....poi l'aria punge e parto...da solo.

Dopo il retrofront del primo Km....si va verso la natura....mucche, galli e galline in girofango alla grande e il tratto bellissimo sul lungo fiume.

Vento contrario.....e tratti di "bolina"e il finale della 12km (che poi sono quasi 13) nell'erba allagata.

Pazienza per la solitudine.....

Bella corsa.....a parte le difficoltà dovute al tempaccio.....

Non ero in gran giornata....e quando AleB mi ha superato non ho nemmeno pensato di seguirlo.

Ma neanche lontanamente!!!!!!

Domenica....spero di stare meglio per la Stramilano.....e soprattutto auguro un tempo piu' primaverile....visto che saremo quasi ad Aprile.....

Saluti a tutti....e permettetemi un "fuori tema" ciclistico.

Grande Nibali!!!!!!

postato da DEPA il 18/03/2018 17:08

Fabrizio

@Tavazzano:

Ieri a Tavazzano corsa molto carina.

Peccato solo per qualche incrocio non custodito e/o custodito male che mi fa sempre venire il dubbio "dove devo andare?"

Per quanto riguarda i percorsi mi aspettavo di trovare più fango, per questo, avevo optato per le scarpe da Trail; utili, soprattutto nel tratto finale in mezzo ai campi, dove il fango la faceva da padrone.

Sulla prestazione personale volevo fare la 25 a buon ritmo per verificare la condizione. Alla fine, sono riuscito a restare sotto i 5'/Km, che ritengo un buon risultato, considerato anche il vento contrario per parecchi km.

Buona corsa a tutti e alla prossima!

postato da Fabri77 il 19/03/2018 12:19

Pierangelo

Depa, mi spiace davvero molto di non averti visto e mi scuso perchè, nemmeno oggi sono riuscito a tenere a freno il gruppetto dei soci che, già pronti a partire alle 7.45... visto il vento freddo scalpitavano peggio dei cavalli del Palio di Siena...

Con molta fatica sono riuscito a "guadagnare" qualche minuto ma alle 7.53 (del mio orologio) ho dovuto cedere anch'io... perchè tutti ormai stavano partendo.

E' la seconda domenica consecutiva che succede... domenica scorsa a Canonica la "giustificazione" era il lunghissimo da 31km, mentre oggi è stato il vento freddo che, effettivamente, era molto fastidioso, ci fosse stato un posto riparato ove aspettare sarebbe stato diverso ma lì, purtroppo, era tutto all'aperto.

Mi spiace, mi spiace, mi spiace moltissimo... per tutti i gipigioni che, come te, Manu, etc., arrivano in orario (alle 8.00) e invece rimangono poi soli a correre... nonostante anche stamattina fossimo in 75!

Purtroppo siamo in tanti e ci sono soci che già alle 7.15 si presentano da Silvana... mentre altri arrivano ben oltre le 8.00, non consentendole così nemmeno di prendersi un caffè, perchè mentre alcuni soci non sono ancora partiti, altri arrivano da lei avendo già finito la corsa...

Insomma, ne ho scritto a riguardo anche nella mia ultima mail ed è un "problema" di non facile soluzione... se non quella drastica... di dare i punti solo a chi parte alle 8.00... ma ovviamente, sia per il nostro Statuto che per la nostra filosofia di correre, non è una cosa fattibile.

Si lascia così tutto al buon senso della gente ma... siamo in tanti e, come dice un vecchio proverbio milanese... "cent co', cent crap!".

La corsa (alla sua 40a edizione), fortemente penalizzata a livello di partecipazione per il maltempo, si è però dimostrata sempre una garanzia.

A parte un cartello posizionato un po' male all'inizio (che ci ha fatto tornare tutti indietro un centinaio di metri) e qualche passaggio finale nei prati allagati (cosa che però a me è piaciuta tantissimo... anche perchè mi ha permesso di "lavare" un po' le scarpe infangate) direi che per il resto è stata carina... tantissimi percorsi (ben 6!), tutta campagna, alzaia del canale Muzza, caratteristici passaggi da tante belle cascine e bei sentieri, anche se a tratti un po' fangosi... ma questo non è stato certo colpa degli organizzatori.

Per quelli poi come me, grandi amanti dei Trail, il fango di oggi è stato pure bello e ben poca roba... soprattutto se confrontato a quello di ieri mattina a Montevicchia (vedasi Blog "Montagne")!

Io, dopo la fitta di ieri al polpaccio e la "Maremontana" alle porte (domenica prossima), ho preferito non esagerare nei km, tenendo però un buon passo, anche per "testare" il polpaccio che, per fortuna, ha retto bene.

Ho fatto la 16 in 1h21m, con diversi tratti di "simil-salita" (cioè quelli col forte vento contrario) e solo in vista dell'arrivo ho iniziato a sentire qualche leggero fastidio, quindi credo di aver fatto la scelta migliore nel kilometraggio.

Ora mi aspetta una settimana di "scarico" e il mitico massaggio "rigeneratore" del nostro socio fondatore Francesco.

Per la cronaca... abbiamo fatto ancora una volta il 1° Gruppo e vinto un TV da 20 pollici, che, come tutti i premi (non alimentari) che ci aggiudichiamo, verrà messo nella lotteria al pranzo di fine anno.

Per finire, sempre grande GPG e ancora... grazie GPG!!!

postato da Pier il 18/03/2018 18:19