

Inzago 2018 – Pier, Comigius

Pierangelo

@Inzago:

devo dire che tornare a correre con il Gruppo, dopo una domenica nella quale ho corso in Liguria su uno stupendo e impareggiabile Trail (vedasi Blog "Montagne") ma, per che per oltre 7ore, ho vissuto praticamente da solo, mi ha ritemprato, come si dice, "l'animo e lo spirito".

A Inzago, complice anche il meteo ottimale e la giornata serena che mostrava tutto l'arco alpino, è stata davvero una gran bella mattina, corsa compresa.

Ho rivisto moltissimi gipigioni (75), nonostante la festività e il relativo ponte pasquale, cosa che ci ha ovviamente permesso di essere di gran lunga ancora il 1° Gruppo.

Io, reduce non solo dalle durissime 8ore dei monti-Maremontana ma anche dal dolore alle costole dovuto alle due cadute in quella corsa, dopo una settimana di RX, ghiaccio, arnica, anti-infiammatori, etc. ho voluto provare come ero messo... e alla fine ho fatto (un po' da pirla) la 22km.

Dal momento che, teoricamente, ero il "Responsabile-corsa", dopo aver raccolto ieri le prenotazioni e preparato le due relative tabelle (una per noi e una per la Fiasp), stamattina ho preferito rimanere con Flavio a distribuire tutti i biglietti, prima di partire. Oltre a lui, che ha poi svolto super-diligentemente il servizio di "Cronoman", vorrei ringraziare anche Anna e BeppeP, che con noi, già dalle 7.15, hanno gestito perfettamente quella criticissima mezz'ora (dalle 7.30 alle 8), quando arrivano tutti i soci... e stamattina erano proprio tanti! Sono così partito verso le 8.10, con Fabri77, BeppeP e Fala, scambiando con loro per alcuni minuti un po' di simpatiche battute sulla "fauna" podistica (femminile) presente, oggi piuttosto numerosa (circa 2100 partecipanti).

Dopo qualche km mi sono trovato solo con Fabri77, il quale, avendo in programma un lunghissimo da 35km (5km da casa sua a Inzago, la 25 e poi gli altri 5 per tornare a casa...), mi ha gentilmente fatto compagnia al (suo) cazzeggio (e lo ringrazio moltissimo), sino a quando il bivio kilometrico ci ha separati, prima di quello che pensassi, verso il 13°km.

Ho continuato così da solo, il dolore era sopportabile quando, verso il 16°, senza fare alcun movimento particolare, ho risentito una fitta al costato, nello stesso punto che avevo battuto... oltre alla incazz... mi sono un po' preoccupato e ho fatto così qualche km più blando, sino a quando, sull'alzaia, a circa 3km dall'arrivo, mi ha raggiunto Raffaele il quale, gentilissimo anche lui, è stato un po' con me, scambiando 4 chiacchiere (anche sulla MilanoMarathon...) prima di fare l'allungo finale, che anch'io ho spronato a fargli fare.

Vedendolo davanti a me, ho così finito in crescendo di spinta, testando la pesantezza delle gambe e senza pensare al dolore... così il traguardo è arrivato ben presto... ritrovando i gipigioni ad attendermi con la loro pazienza ed enorme simpatia.

E' stata quindi una bella corsa, ottimamente organizzata dagli amici "Fadanà", con sorveglianza e indicazioni presso che perfette, oltre che con un ricchissimo ristoro finale... che io però, come sempre, sfrutto ben poco, rinunciando alle varie tentazioni (pane e salame), anche perchè, dopo la corsa, sinceramente non ho mai troppa fame.

Ora però, a freddo, il dolore alle costole è ricomparso abbastanza forte, obbligandomi a ritornare Brufen-dipendente... ma spero passi presto... sabato c'è l'escursione sul Grignone (via "Invernale" con i ramponi), vedasi Blog "Montagne" e domenica la bella corsa di Trezzo... spero proprio di non dover rinunciare a nulla di tutto ciò!

postato da Pier il 02/04/2018 14:51

Giuseppe

@Inzago

Forza Pier, vedrai che dopo qualche giorno di riposo tutto passerà.

La mattinata soleggiata e fresca, lo sfondo delle montagne innevate e dopo 3 settimane un percorso privo di salite, dopo il lungo di Sabato a Montevecchia, mi hanno fatto tornare alla ricerca delle sensazioni su un ritmo per me, veloce sotto i 5'.

Partenza, in attesa del Presidente, che tutti aspettavamo ma che non é mai arrivato. Ed allora con Mario e gli altri si decide di partire.

Mario e Luca dopo qualche centinaio di metri allungano, mentre un Raffaele, che rientra da qualche acciaccio, si attarda nei primi 8-9 km a farmi compagnia. Insomma un incontro Napoli-Juve con una persona oltremodo gradevole, pacata e non facinorosa, ma molto, giustamente, appassionata. Ho un paio di amici napoletani e so che per loro il Napoli é molto più che una squadra di calcio, é come rivivere la propria città ovunque si trovino (e spesso lontano da quella ammaliante e contraddittoria città) e la napolitaneità. Impossibile da comprendere, solo intuibile, quando ti trovi lontano da casa per lavoro.

Raffaele é squisito. Ci facciamo compagnia con reciproche lusinghe e dove o come stiamo correndo. Poi dopo vari solleciti, lo invito ad allungare e piano piano si allontana.

A quel punto resto nella "solitudine" della 25k, che però non mi dispiace. Senti il vento, il primo sole primaverile, la campagna sempre più rinverdita.

Mi dico: vediamo fino a quando tieni questo ritmo? E facendomi i vari ristori per allentare la presa, riesco a spingere bene sull'Alzaia, che cela tanti ricordi: allenamenti con la frontale uscendo dall'ufficio tardi, o al Sabato mattina presto.

Inzago é lì.
25 con le dita per la fotografa baciata l'anno prima e poi il traguardo e tanti amici bianco azzurri ad aspettarmi sotto il tendone.

Felice! Che bella Pasquetta da runner!

W il GPG!

Alla prossima, Giuseppe

postato da Comigius il 02/04/2018 15:16