

Liscate 2018 – Lino, Pier

Lino

Oggi a Liscate ho fatto la 13 km, prima parte insieme a Flavio e Beppe e MarcoTres, poi al bivio solo con Marco, non male come corsa, ho corso molto tranquillo la prima parte per spingere la seconda, é andata bene.

Grazie Marco per la compagnia.

Bello rivedere il nostro Gladio.....

postato da Lino il 06/05/2018 17:26

Pierangelo

Bella cosa quella di ieri a Liscate, anche se pianeggiante devo dire che i percorsi, nonostante i vari "incroci con TEEM e BreBeMi (che ci hanno però regalato almeno qualche cavalcavia...), sono stati piacevoli, con tanta campagna, pochissimo "bitume" e, sulla lunga, anche un bel pezzo di alzaia sterrata del canale Muzza, meta frequente delle mie uscite estive in M-Bike.

Il GPG88 si è superato ancora una volta, andando oltre la nostra "carica dei 101"... con ben 103 gipigioni presenti, addirittura "triplicando" il secondo gruppo e facendo una straordinaria partenza tutti insieme, alle 8.00 precise.

Abbiamo vinto due bei salami e uno squisito "taleggione", che "sacrificheremo" venerdì sera in sede, per cui, non mancate e... grazie, ancora una volta, a tutti voi!

Io, continuando il mio lento "recupero" fisico, sia dalle fatiche dell' Orcia che dal mal di costole delle mie cadute-Maremontana, ho voluto correre la 21km, nonostante le 2ore del giorno prima a Montevicchia con Comigius e Flavio... a proposito... davvero un grandissimo, graditissimo e velocissimo "ritorno" il suo, dopo molti mesi di "stop" e a un solo mese dall'intervento al menisco... non per niente lui è il nostro "Gladio"!!!

Ho corso tutto sommato bene (attorno ai 5m/km), calando un po' solo nel finale, chiudendo in 1h47m, quindi sono abbastanza soddisfatto, anche delle mie costole che mi danno noia dopo un'oretta di corsa ma niente di non sopportabile.

Dopo la corsa, io e qualche altro consigliere/socio (Sly, Au, Giuanin, Koby e FrankL) siamo stati alla manifestazione di "sport integrato", svoltasi allo stadio comunale, denominata "Nessuno Escluso", organizzando e gestendo una gara di corsa a coppie, con bambini, genitori e... gipigioni... molto divertente ma soprattutto socialmente molto importante!

Nel pomeriggio sono tornato lì con Anna, Sly e Au, ad assistere alla chiusura della manifestazione, con prima dei bravissimi "sbandieratori", poi le premiazioni di tutti i partecipanti e infine la partita di calcio tra "Giana vecchie glorie" e "Forze dell'ordine" di Gorgonzola, con la presenza nelle sue squadre di diversi ragazzi della "Fondazione Mondonico". Anche qui, più che l'aspetto tecnico e del divertimento puro, è stato esaltato al meglio quello della giusta e doverosa "integrazione" tra persone purtroppo rese diciamo "diverse" dalle varie avversità della vita.

Per corretto dovere di cronaca... nella squadra "Giana V.G." ha giocato il nostro mitico BeppeP... con una prestazione più di "qualità" più che "quantità"... o meglio dire... più di "posizione" che di "movimento"... anche perchè era leggermente infortunato dalla corsa mattutina a Liscate... bravo comunque Beppe!

postato da Pier il 07/05/2018 09:09

