

## Bottanuco (BG) 2021 – Pier, Lino

### Pierangelo

Scrivo qui quello che molto probabilmente sarà l'ultimo post di questo Blog, visto che a giorno dovrebbe essere "chiuso" da Aruba.

Sono particolarmente felice di scriverlo sulla mia "ultima tapasciata" che ho corso stamattina con le mie "prime anche", visto che venerdì una la "cambierò" e poi per almeno 6 mesi non credo potrò correre.

Sono stato con il Gruppo alla bella (e ottimamente organizzata) corsa di Bottanuco (BG), che causa-Covid, prevedeva solo 2 percorsi (7 e 12km), senza la bellissima "Lunga", che comunque non avrei potuto correre.

Ho così fatto la 12km, che è risultata comunque molto bella, percorrendo in gran parte i sentieri (anche "single-track") della sponda bergamasca dell'Adda, con pure qualche bella salitella e "strappetto" nella parte finale, risalendo dal fiume verso il paese.

Devo dire che il GPG88 ha risposto ancora una volta alla grande, presentandosi con 40 soci che, in questo periodo non certo favorevole alla corsa (non solo per il meteo) e senza in nostro "Campionato", è davvero tanta roba. Pertanto... un mio "grazie" di cuore va a tutti i soci che ci sono venuti, oltre, ovviamente a Sly che ha preso prenotazioni e biglietti, distribuendoli poi pazientemente a tutti.

Partiamo come "ai vecchi tempi" alle 8 in punto, che in parecchi abbiamo aspettato per più di mezz'ora, essendoci arrivati prima delle 7.30, in nemmeno 20m da Gorgonzola e parcheggiando in un'ampio prato comodissimo e proprio adiacente al ritrovo.

Organizzazione, come sempre, davvero "Top", tanto personale di servizio, segnalazioni ottime e pure la "Lotteria" finale alla quale si partecipava con il biglietto della corsa.

Senza parlare della logistica, ancora migliore della consueta, stavolta in un bellissimo centro sportivo, dotato di tutti i comfort e molto spazioso, in modo che non c'era nemmeno nessun problema di "assembramento".

Prima di partire Anna ci scatta la foto di "Gruppo", sotto lo striscione CSI, che vedrete sul ns sito e che dimostra la doppia "bravura" dei soci presenti, non solo per la puntualità (e pazienza) dimostrata ma anche per l'abbigliamento, rigorosamente "GPG" per quasi tutti.

Dopo i primi km corsi con Elena e Nicola, una volta raggiunto l'Adda con i suoi sentieri "Trail" e fangosi mi sono sentito rinascere e ho allungato (quasi) come ai vecchi tempi (cioè sino a un paio di anni fa...).

Quasi subito però, proprio nel punto più stretto e scivoloso, trovo davanti a me alcuni podisti che camminano senza lasciarmi alcuna possibilità di passare e quindi mi fermano ma, almeno stavolta, nessun problema e nessuna incazzatura... aspetto circa un minuto e poi, appena possibile... via a spingere!

Poco dopo mi trovo davanti il "mio" grandissimo genero Lino che, essendo partito forte con il gruppetto del "Semi-Top", si era fermato a scattare delle foto a noi che arrivavamo.

Mi godo quei sentieri, corsi peraltro mille volte, come se fosse la prima e, cercando di non scivolare (visto non avevo le scarpe da Trail), cerco di "ricordarmi" un po' di tecnica, appunto, Trail.

Mentre Nicola mi segue a ruota, raggiungo persino Enri e poi, sulle salite finali cerco pure di "provare" la mia gamba che ormai non ne correva più da anni...

Anche gli ultimi km, cercando di tenere la scia di altri podisti più veloci di me, li corro a un buon ritmo (sui 5m30s) e quando arrivo, visto che erano 11,7km, continuo con un "defaticante" sul viale di fronte al ritrovo sino ad arrivare ai 12km.

E' la prima volta che lo faccio ma, vista la particolarità dell'evento, ho voluto avere una bella "Traccia" da 12km da tenere come ricordo, per vedere quando riuscirò a farne un'altra simile.

Arrivo al traguardo molto soddisfatto perchè, a parte il poco allenamento e i 2kg che ho messo su (che si sentono), sto bene e anche l'anca quasi non mi dà noia.

La parte finale, in attesa della premiazione del Gruppo (a proposito, abbiamo fatto il 2° solo perchè c'erano i soliti "bagarini" di Ambivere...), è stata come sempre divertente, ricca di battute, allegria e di serenità, cose che in questo periodo sono quanto mai rare e necessarie.

Grazie GPG e... alla prossima... anche se, per me, sarà piuttosto lontana... ma sicuramente ci sarà!

*postato da Pier il 21/11/2021 12:13*

## Lino

Corso a Bottanuco, dopo parecchio tempo corro un 12 km, visto il poco allenamento. I primi 2 km li corro con Pier ed Elena, mi sento bene e allungo un pochino a raggiungere Beppe Enry ed Emilio.

Essendo 12 km, rallento a prendere fiato (ecco perchè delle foto ^\_^ a Pier, Elena e Nicola).

Il percorso lo trovo sempre bello, vario, anche le salite che tagliano le gambe, ma a me non importa nulla, vado e vado. Mi diverto da matti, a parte l'ultima che ero stanco.

Pier, tornerà a correre tranquillamente, anche se più piano, ma come si dice: meglio piano che sul divano.

Questo blog chiuderà, ma sono sicuro che un altro verrà aperto prima o poi.

*postato da Lino il 21/11/2021 13:01*