

Terno d'Isola (BG) 2021 – Pier

Pierangelo

@Teremotata:

ieri mattina a Terno d'Isola ho passato alcune piacevolissime ore che mi hanno riportato indietro nel tempo, di circa 2 anni, quando con il Gruppo si correva una delle corse più belle del nostro calendario.

Già, perchè la "Teremotata", anche stavolta, pur con qualche restrizione-Covid, ha dimostrato la sua assoluta bellezza e la sua perfetta organizzazione da parte degli amici "Teremocc de Teren".

Anzi, il minor numero di partecipanti rispetto al solito, senza la consueta ressa al ritrovo e ristoro, l'ha resa ancora più "godibile", anche negli squisiti panini caldi all'arrivo con wurstel che, volendo, si potevano "bissare" senza problemi.

A parte qualche difficoltà causata dal dover inviare la lista nominativa il venerdì sera via email, direttamente dalla ns sede, alle 22 passate e qualche mio "aggiustamento" del sabato mattina (visto che avevo sbagliato il numero di Sly nella mia ultima email e qualche socio aveva mandato l'sms a quello...), per il resto tutto è filato alla perfezione. Silvana ha puntualmente ritirato la busta e tutti i ns biglietti, evitando così a ciascuno di noi di dover entrare al ritrovo, cosa che sino alle 8 veniva fatta in modo scaglionato con una lunga coda di attesa.

Con enorme piacere ho così rivissuto i vecchi momenti magici del pre-corsa, rivedendo qualche socio che non vedevo da tempo e poi, via, più o meno tutti insieme.

Viste le mie precarie condizioni sia di forma che psicologiche (per via dell'attesa della famosa "chiamata" da parte dell'ortopedia-Humanitas) pensavo di fare la 8km con Edo, alla ripresa da alcuni acciacchi fisici ma, una volta giunto al bivio non ce l'ho fatta a resistere al "richiamo" della salita, della collina e del Monte Canto, sul quale, girando sui 15-24km, si iniziava a salire.

Edo non ha "ceduto" al mio pressante invito e così, visto che mi sentivo anche abbastanza bene, dopo il primo ristoro (che abbiamo saltato), ho "svoltato" verso il suddetto amato monte, rimanendo da solo sino all'arrivo della 15km. Ho così fatto, esattamente 2 anni dopo, la lunga salita che sale alla chiesetta degli alpini e che poi si inerpicca con degli strappi ripidissimi sino a Fontanella, sempre correndo e mai camminando.

Anche la successiva discesa ripida, che mi preoccupava non poco, l'ho corricchiata piano e in modo leggero, visto che ultimamente avevo anche il ginocchio dx (quello dell'anca sfigata) che iniziava a darmi problemi

.Mi sono fermato solo un attimo al secondo ristoro, per un bicchiere di tè e poi, via, sui bei sentieri corsi centinaia di volte, sino al bellissimo parco del Camandellino (attraversato sia all'andata che al ritorno).

In questi ultimi km pianeggianti mi sentivo sempre più bene e, avendo anche risposte positive dalle mie usurate articolazioni, ho cercato pure di "spingere" un po', correndo il penultimo km in 5m18s e arrivando verso l'arrivo spingendo ancora.

Insomma, sono stato così doppiamente felice perchè, oltre alla bella corsa, ho chiuso i 15km (con 550mt D+) in 1h35m, non certo un "tempo" paragonabile ai miei di un paio d'anni fa ma, visto le mie attuali condizioni, nemmeno un tempo poi così scarso.

Evidentemente le mie 2/3 uscite settimanali, anche se non superano i 12-13km, mi hanno tenuto un minimo di "gamba", che mi servirà particolarmente in fase di riabilitazione post-intervento, che sto aspettando e che credo arriverà nel giro di 7-15gg max.

Ieri diversi gipigioni erano a Lodi per la "Mezza" e a Bologna per la maratona, per cui a Terno eravamo solo una trentina.

Mi spiace davvero per tutti quelli che potevano e non ci sono venuti, magari preferendo una banale corsetta sull'alzaia, cosa che si può fare tutti i giorni, mentre la "Teremotata" c'è solo una volta all'anno e non va assolutamente fatta sfuggire, soprattutto da chi ama il "collinare" come me.

E poi, sinceramente, chissà quando mi ricapiterà l'occasione di ricorrere in collina... ma a questo preferisco non pensarci altrimenti vado in depressione!

postato da Pier il 01/11/2021 15:01