

Camminiamo insieme - Cocquio Trevisago

 playbeppe.blogspot.it/2017/05/camminiamo-insieme-cocquio-trevisago.html

12a tappa Piede d'Oro 2017

Dopo innumerevoli edizioni caratterizzate da condizioni meteo a dir poco nefaste, finalmente oggi una splendida giornata di sole tipicamente estiva, ha illuminato la "Camminiamo insieme" di Cocquio Trevisago!

Caldo, anzi caldissimo tanto che ancora prima di iniziare il riscaldamento, la sensazione predominante è quella di essere già completamente spossato...

Meglio poi non pensare a cosa mi aspetterà da lì a poco, dove tra salite, discese e scalinate tagliagambe, praticamente non si correrà un metro in piano; da non sottovalutare neanche il parterre di avversari decisamente ostici presenti al nastro di partenza: stamane sembra si sian dati tutti appuntamento in quel di Cocquio!



Ore 9.30 dal cortile antistante l'Istituto Sacra Famiglia si aprono le ostilità.

Mi fiondo al comando e siccome non mi sento per niente in palla che faccio?!

Schiaccio da subito a fondo sull'acceleratore (!!!), sia per provare a rimescolare un po' le carte, sia per capire se le sensazioni fin qui avvertite, siano appunto solo sensazioni o se invece prima ancora di fare i conti con gli altri, li dovrò fare con me stesso...

Purtroppo le risposte non sono buone: faccio una fatica pazzesca, le gambe sembrano non volersi sollevare da terra e nonostante il mio impegno, non riesco ad imprimere la velocità che vorrei alla mia azione.

Nel frattempo siamo già ai piedi della temutissima scalinata che conduce verso Caldana; circa cinquecento metri di ciottolato che partono abbastanza facili, per culminare con pendenze da capogiro e gradoni sempre più ravvicinati...
...la mia croce.

Durante l'ascesa perdo alcune posizioni e un bel po' di tempo nei confronti di Paolo Proserpio e Salah Argoub, che

hanno approfittato proprio di questo tratto a loro particolarmente congeniale, per guadagnare la testa della gara. La scalinata è finalmente alle spalle e nonostante mi ritrovi un po' indietro rispetto ai battistrada, sono consapevole che il peggio è ormai fatto: adesso mi rimane solo il "meno" peggio...



Mi riporto rapidamente nella scia di Luke Roberts e Fernando Coltro e senza troppi indugi li affianco e li passo togliendomi subito dalle caviglie.

Rapido passaggio nelle viuzze di Caldana prima di buttarmi a capofitto nell'impegnativa discesa che riporta verso la parte bassa del paese, mettendo intanto nel mirino la canotta gialla del giovane Giovanni Andreella.

Rientro anche su Giovanni e come fatto in precedenza, senza troppi tatticismi lo passo e lo lascio sul posto; le sagome di Salah Argoub e Paolo Proserpio non sono più così lontane e al traguardo mancano ancora circa due chilometri e mezzo e un paio di salite piuttosto impegnative...



Arrivo ai mille metri conclusivi, con il divario dal duo di testa che è rimasto pressa poco invariato; sull'ultimo strappo Proserpio affonda il colpo e si invola verso la vittoria di giornata, Salah Argoub si deve così accontentare della piazza d'onore, mentre io giungo appena dietro di lui.

Chiudo così la mia fatica odierna (...e mai come oggi il termine fatica si addice in modo esemplare...) al 3° posto assoluto, coprendo gli **8,4km in 31'36"**.

CLASSIFICA MASCHILE: 1° Paolo Proserpio – Valetudo Skyrunning (31'08"), 2° Salah Argoub – Atletica Gavirate (31'19"), 3° Giuseppe Bollini – Circuito Running (31'36"), 4° Rachid Argoub (31'51"), 5° Giovanni Andreella (non competitivo 32'10"), 6° Fouad Touti (32'13"), 7° Simone Zandri (32'23"), 8° Ferdinando Mignani (32'26"), 9° Fernando Coltro (32'51"), 10° Marco Tiozzo (32'55"), 11° Luke Roberts (33'04"), 12° Andrea Biotti (33'13").

CLASSIFICA FEMMINILE: 1a Sabina Ambrosetti – Atletica Palzola (36'30"), 2a Elena Soffia – GS Maratoneti Cassano (38'41"), 3a Lorena Strozzi – Atletica Casorate (39'03"), 4a Antonella Panza (39'57"), 5a Silvia Stinglele (42'08").

CLASSIFICA COMPLETA GARA COMPETITIVA



Che dire...

...complice una giornata "ni" e un percorso che non fa certo per me, oggi è stata una delle gare più difficili della mia stagione.

Ad ogni modo, all'appuntamento con la "Camminiamo insieme" e con i ragazzi dell'Istituto Sacra Famiglia, difficilmente rinuncierei: corsa e agonismo a parte, poter condividere con loro una mattinata di sport e amicizia è davvero qualcosa di bello.

Infine, ma solo in ordine cronologico, i complimenti per Davide Passeri, Emidio Novali e tutto lo staff organizzativo: davvero bravi!

Domenica prossima il Piede d'Oro farà tappa a Ternate, dove grazie al GAM Whirlpool e ad Africa & Sport, si correrà la 3a edizione della "[Lago di Comabbio Run – Corri con Samia](#)".