

Tor des Géants 2011: le donne sfidano i giganti

Scritto da Ufficio Stampa Omnia Relations

Martedì 06 Settembre 2011 21:58 - Ultimo aggiornamento Martedì 06 Settembre 2011 21:59

Tra le concorrenti della seconda edizione ci sarà Annemarie Gross, arrivata prima tra le donne e quarta nella categoria assoluta al Tor des Géants 2010, uno tra gli endurance trail più duri al mondo, che percorre in un'unica tappa l'intera Valle d'Aosta. Con lei, dall'11 al 18 settembre, altre 52 ultra-trailers provenienti da tutto il mondo. Un'unica parola d'ordine: batterla.

E' la donna da battere. E non solo per le 52 trailers che correranno al Tor des Géants dall'11 al 18 settembre, ma anche per molti dei restanti 448 uomini in gara. Infatti al primo Tor des Géants, il Giro dei Giganti in patois (il dialetto valdostano), Annemarie Gross lasciò alle sue spalle tutte le donne e arrivò quarta nella categoria assoluta dell'endurance trail più duro al mondo.

Il Tor des Géants è organizzato dall'Assessorato turismo sport commercio e trasporti della Regione Autonoma Valle d'Aosta con la collaborazione tecnica della società Valle d'Aosta Trailers, e si svolge sui sentieri alpini delle due Alte Vie che, insieme, compongono l'intero perimetro della più piccola regione d'Italia.

Nel 2010 avanti di due concorrenti rispetto ad Annemarie c'era lui, suo fratello: Ulrich Gross, il vincitore del Tor des Géants. Niente male per la ragazza altoatesina (è originaria della Val Sarentino) che già a nove anni si allenava a correre su e giù per i monti.

Perché Tor des Géants è tutto meno che uno scherzo: 330 chilometri di sentieri alpini per 24.000 metri di dislivello positivo, le cime più alte quali Monte Bianco, Rutor, Gran Paradiso, Monte Rosa e Cervino (i cinque giganti appunto) da affrontare, per un tempo massimo di percorrenza di 150 ore. Annemarie nell'edizione 2010 impiegò "solo" 90 ore, 10 più del fratello, dormendo circa 4 ore al giorno. Numeri che spiegano quanto questa donna da corpo e viso affilati, capelli scuri e ricci, non scherzi affatto quando si tratta di affrontare quelle che lei stessa definisce "grandi avventure", ovvero gli ultra trail. Stesso dicasi per le ultramaratone, altra specialità in cui Annemarie Gross e suo fratello Ulrich sono campioni.

Con lei al Tor des Géants ci saranno altre 52 ultra-trailers da tutto il mondo a sfidare Annemarie: 17 Italiane, 10 francesi, 5 concorrenti rispettivamente da Canada, Spagna e Stati Uniti. Belgio, Germania e Giappone saranno in gara con due rappresentanti del gentil sesso a testa. Con loro anche una portoghese, una svizzera e un'ungherese.

Tor des Géants 2011: le donne sfidano i giganti

Scritto da Ufficio Stampa Omnia Relations

Martedì 06 Settembre 2011 21:58 - Ultimo aggiornamento Martedì 06 Settembre 2011 21:59

Quarantadue anni, residente a Egna (Bolzano) dove fa l'assistente socio sanitaria, Annemarie parla con semplicità delle imprese epiche compiute con scarpe da corsa e tanto fiato. "Ho cominciato da bambina con mio fratello, seguendo l'esempio di nostro padre". Corsette brevi, secondo lei, che potevano toccare anche i 50 chilometri tra i monti altoatesini. "Poi ho smesso per circa 10 anni, infine ho ripreso". Ed è diventata una delle ultramaratonete più forti al mondo, forse la più forte in Italia. "Non lo so, non guardo mai le classifiche, non so nemmeno se ci sono, mio fratello forse è più informato, bisognerebbe chiedere a lui in che posizione siamo".

L'unica certezza è che nel 2010 ha corso Il Mondiale di ultramaratona, specialità 24 ore, di Brive, in Francia, ben un giorno di corsa ininterrotta su un circuito ad anello lungo 1200 metri. "Ti abitui a non dormire, è utile per gli altri trail". Spiega come se parlasse di un allenamento qualsiasi. "Arrivai quarta tra le donne, mentre mio fratello si qualificò sesto, nel 2011 non si è potuto ripetere il mondiale per problemi organizzativi".

Uno sport, uno stile di vita, che non si sceglie per diventare ricchi e famosi. Non ci sono grandi sponsor o premi in denaro. Ogni ultramaratoneta ha un lavoro che deve associare con almeno 2 o 3 ore di corsa al giorno. Solo nel fine settimana si fanno "le lunghe", come le chiama Annemarie, corse oltre i 50 chilometri. Giusto per non perdere il fiato.

Quando Annemarie Gross parla dell'ultratrail e del perché un essere umano, uomo o donna, decida di praticarlo, usa due parole: passione e pazienza. Ci vuole passione per capire la grande avventura che è un'ultramaratona, per entrare in quello che gli ultramaratoneti, spiega Annemarie, chiamano tunnel. "Sei talmente concentrato che pensi solo alla gara. Fatica, sonno e altro passano in secondo piano. Tiri fuori la grinta. Poi quando hai finito ti chiedi: ma come ho fatto?". La pazienza è verso se stessi, perché tunnel o non tunnel, si soffre. "Ci sono sempre dei momenti critici, dove senti dolore fisico, magari hai i crampi, hai sonno, bene... non puoi fare che una cosa: pazientare. Passerà. Tu devi andare avanti. Alla fine avrai l'orgoglio di aver superato un tuo limite, avrai fatto la tua corsa, il tuo risultato, non importa come ti classifichi".

Chi corre il Tor non è un mistico che compie imprese impossibili. Tutt'altro. Bisogna tenere i piedi ben ancorati a terra (possibilmente in movimento) e soprattutto la testa allenata. "Il Tor è un'avventura, non puoi mai sapere come andrà a finire, come sarà per te, quello che ti succederà, è il bello della corsa".

Tor des Géants 2011: le donne sfidano i giganti

Scritto da Ufficio Stampa Omnia Relations

Martedì 06 Settembre 2011 21:58 - Ultimo aggiornamento Martedì 06 Settembre 2011 21:59

Studiare il terreno, le sue difficoltà, il dispendio di energie che ogni tratto richiede fa parte della preparazione. E le donne sono più "tattiche" degli uomini. "Risparmiamo meglio le forze, stiamo più attente, spesso gli uomini affrontano le salite di scatto, mentre noi manteniamo un'andatura costante. A volte capita che un uomo ti superi poi rimanga indietro, ti superi e rimanga ancora indietro e tu pensi: "Se andasse regolare risparmierebbe molte energie". La forza della donna è il cervello".

Le emozioni per questo secondo Tor des Géants ci sono tutte. "La prima edizione è stata una sorpresa in ogni senso, non sapevamo cosa ci aspettava". Ora Annemarie e suo fratello Ulrich sono più preparati sul tipo di tracciato, ma c'è un'altra incognita: i partecipanti. "Il Tor des Géants è diventato famosissimo, ha attirato atleti da tutto il mondo, il livello sarà sicuramente più alto", commenta. Tuttavia vuole vivere di sorprese. "Non voglio sapere chi saranno le altre atlete, non ho nemmeno guardato la lista dei partecipanti, lo scoprirò quando sarò là, anche questo fa parte dell'avventura".