

E' iniziata venerdì 13 aprile dall'aeroporto di Orio al Serio Bergamo l'avventura delle aquile Valetudo skyrunning: Cecilia Mora, Isabella Labonia, Debora Cardone, Matteo Lorenzi, Alberto Bolcato, Giorgio Pesenti e gli accompagnatori, i Rolfo: Roberto, Andrea e Roberto, la fotografa Serena. L'aquila Valetudo Zinca invece partiva dall'aeroporto di Bilbao, il forte atleta di origine rumena, vincitore del circuito del Mountain Running dello scorso anno, si è unito a noi in tarda serata. Dopo due ore e trenta di volo, il nostro aeromobile ci ha scaricato all'aeroporto di Manchester nel Regno Unito e poi, con due macchine, siamo arrivati a Braithwaite sede dei nostri due alberghi e quartier generale della nostra race del Coledade Horsehoe. Il primo impatto con il parco nazionale di Lake Distrech, nel nord ovest dell'Inghilterra, è stato come un incantesimo. Questi graziosi villaggi Inglesi incastonati in un meraviglioso contesto verdeggianti, di inizio primavera, sono da considerare dei tesori da conservare gelosamente, anche perché qui, oltre alla bellezza della natura, si respira un'atmosfera molto rilassante; i residenti di questo parco sono molto cordiali e gentili e non sono per nulla stressati per cui è meglio non esportare la nostra vita dell'Italia del nord, convulsa e frenetica. Dopo una nottata nel silenzio di questa campagna Inglese, ecco il sospirato 14 aprile, sospirato perché ha preso forma e interesse il primo circuito Valetudo Mountain Running International Cup. Sinceramente non mi aspettavo un avvio così brillante: eccezionale la partenza delle dame, strabiliante e incredibile davvero vedere sulla linea di partenza ben 130 atlete. Non scherzo, cari lettori, proprio 130, un record per il podismo montano al rosa e, come avrebbero affermato qui a Bergamo in un'occasione così particolare, roba da "suonare le campane a martello". E dovevate vederle! Che grinta avevano in corpo! In pratica è stato come vedere una partenza collettiva di una nostra skyrace. Alle 13,15 lo start ha aperto ufficialmente questa race del Coledade in gonnella che ha già in archivio più di trenta edizioni. Le ragazze in "competition" dopo una breve salitina su di un prato, si sono lanciate come dei missili giù per la prima discesa di giornata per conquistare, dopo circa 1,5 km lo stretto e ripido sentiero che portava la gara sul primo gpm.

Il percorso di questa prima prova VMNRIC 2012 è stato di km 13,7 per un dislivello complessivo di 1830 mt. Per i runner che per la prima volta affrontavano questa reale gara pensando di trovare una corsa in montagna a portata di tutti i piedi, hanno scoperto che queste piccole montagne nascondevano delle insidie tecniche di media difficoltà sotto il profilo alpinistico. La Race del Coledade è assai bella e gradevole dal punto di vista podistico: è un po' come svolazzare sulle montagne russe in un attrezzato parco di divertimento. Si alternavano brevi salite molto ripide che in alcuni tratti addirittura diventano delle mini arrampicate. In sostanza le salite e le discese presentavano due rilievi tecnici molto interessanti e ben distinti; la prima metà delle ascese e la parte finale della discesa si correva su vasti praterie verdi mentre la parte finale delle ascese e la prima zona di discesa si trovavano su un terreno sassoso e roccioso. Senza minimamente esagerare sembrava di correre sulle vette Pirenaiche della Catalunya intorno ai 3000 metri di quota. Tra i vari gpm si percorrevano dei mini falsipiani e nei tratti dove il terreno era meno sconnesso, la vista degli atleti spaziava su una notevole zona del parco del Lake District. Gli occhi notavano subito le varie tonalità di questo verde Inglese, le chiazze più chiare erano delle immense distese di prato e pascolo mentre le chiazze più scure delle rigogliose zone boschive. Le abbondanti precipitazioni di acqua, neve e tempeste caratteristiche di questa zona, favoriscono il mantenimento di numerosi laghi, torrenti e fiumi e di conseguenza, al variare delle condizioni atmosferiche, abbiamo potuto ammirare i vari colori con le diverse sfumature di blu e azzurro della superficie di questi bacini e corsi d'acqua. Infine, mentre ci si arrampicava fra i roccioni, si notava il continuo turbinio delle nuvole in cielo e

quando i raggi solari riuscivano a bucare le nuvole pareva che si accendesse tutto il parco del Lake District. Comunque i nostri polmoni ci hanno ringraziato perché hanno immagazzinato un ossigeno purissimo e incontaminato: qui l'inquinamento non è di casa, è praticamente inesistente anche perché non ci sono né fabbriche, né grosse arterie stradali.

La Coledade oltre alla tecnicità del suo tracciato molto selvaggio, è stata scelta come race del VMNRIC perché riesce a mantenere nel tempo un'enorme fascino. Infatti i suoi km di race non sono marcati e i runner devono correre con cartina, bussola e fischietto al seguito, ma a volte però prevale l'istinto di seguire un corridore locale. Ritornando alla cronaca, verso i 2/3 del percorso, nel tratto più impegnativo dell'intero percorso, su una salita molto ripida con dei gradoni naturali molto faticosi da superare, i camosci maschetti hanno raggiunto il gruppetto delle prime runners rosa. Al comando della due classifiche i corridori, sia maschi che femmine, si sono sempre controllati a vista. Su un percorso così breve è scontato che i corridori specialisti delle corse in montagna siano i più avvantaggiati rispetto ai runners che si allenano per ben altre distanze e dislivelli complessivi che, in alcuni casi, sfiorano i 6000 metri. Sul traguardo finale il primo atleta ad alzare le mani al cielo è stato Joe Symonds in 1h 07'45". Secondo, con uno strepitoso recupero nel finale, la new entry Valetudo skyrunning Italia, Zinca Ionut 1 08'42", 3° Morgan Donnelly 1 08'48", 4° Rob Jebb 1 09'18", 5° Ben Abdelnoor 1 10'37", 6° Rob Baker 1 10'38", 7° Lloyd Taggart 1 11'11", 8° Ben Bardsley 1 11'13", 9° Karl Gray 1 11'23", 10° Rob Hope 1 11'38". Eccellenti i risultati delle aquile: 196° Matteo Lorenzi, 250° Alberto Bolcato e 320° Giorgio Pesenti.

Classifica Femminile: 1^ Lauren Jeska 1h 22'40", 2^ Sarah O'Neil 1 23'16", 3^ Catriona Buchanan 1 26'20", 4^ Anna Bartlett 1 26'36", 5^ Cardone Debora 1 26' 56", la forte atleta Piemontese della Valetudo rosa ha sfoggiato una determinazione impressionante, 6^ Helen Fines 1 27'33", 7^ Helen Berry 1 28'16", 8^ Mel Price 1 28'27", 9^ Sharon Taylor 1 29'06", 10^ Jo Waites 1 29'48". Di valore assoluto le altre prestazioni del team della Valetudo rosa con : 22^ la campionessa mondiale di ultra trail 2010 Cecilia Mora 1 35'05" e 36^ la rilevazione delle gare trail di inizio stagione Isabella Labonia 1 40'34". Ringrazio lo staff dell'organizzazione di Braithwaite Lodge, lodevole l'impegno del direttore di gara Mike Robinson, anche lui in gara. Come sempre, è stato prezioso il lavoro svolto dal nostro mega segretario del circuito VMNRIC Frances Serra.