

Salsomaggiore Terme (PR) - Ultra K Marathon

Scritto da Maurizio Lorenzini- Redazione Podisti.Net

Martedì 20 Novembre 2012 17:59 - Ultimo aggiornamento Martedì 20 Novembre 2012 21:25



Si è corsa il 18 Novembre la 6^a edizione della Ultra K Marathon, una manifestazione che in realtà al suo interno contiene diverse distanze e modalità di partecipazione, a cominciare dalla staffetta di Santa Lucia, giunta alla sua 27^a edizione e che ha originato il ricco menù di scelte oggi disponibili.

Questa staffetta prevede di correre 6 frazioni a coppie, uomini, donne e miste, che coprono l'intera distanza della Ultra K (45,1 km). La stessa distanza può essere coperta singolarmente, sempre in team di 6 runners (Gazzetta di Parma Relay); infine la più recente Salsomaggiore-Pellegrino Parmense, 24 chilometri.

Più di 100 ultras invece hanno coperto l'intera distanza singolarmente, un anello (il periplo del monte Canate) con partenza e arrivo a Salsomaggiore.

Complessivamente sono stati un migliaio i partecipanti(compreso la camminata non competitiva dell'Assistenza Pubblica, il giro della Lucciola, sono 6 chilometri da percorrere senza fretta). Oltre 600 hanno optato per la scelta di una delle gare competitive, ognuno secondo le proprie ambizioni e capacità.

Seguono risultati e classifiche, relativamente ai primi tre posti:

Salsomaggiore Terme (PR) - Ultra K Marathon

Scritto da Maurizio Lorenzini- Redazione Podisti.Net

Martedì 20 Novembre 2012 17:59 - Ultimo aggiornamento Martedì 20 Novembre 2012 21:25

Ultra K Marathon, maschile:

1. Antonio Armuzzi (Atletica Cantù) in 3h04'11"
2. Luca Morstabilini (Soresina Running Club) in 3h12'56"
3. Federico Borlenghi (Marathon Cremona) in 3h17'51"

Ultra K Marathon, femminile:

1. Patrizia Pensa (Polisportiva Besanese) in 3h43'06"
2. Monica Baldi (Avis Vigevano) in 3h53'31"
3. Federica Budoni in 3h54'47"

Staffetta a coppie Santa Lucia

1. Italpose A in 2h43'48
2. Cus Parma A in 2h46'35
3. Atletica Casone A in 2h53'44

Staffetta Gazzetta di Parma Relay

1. PMR 2.0 Generalkerakoll in 2h52'44
2. Polisportiva Besanese A in 2h54'24
3. Rho Triathlon maschile in 2h57'33

SALSOMAGGIORE PELLEGRINO PARMENSE-maschile

1. Felice Tucci (Atletica Casone) in 1h28'39"

Salsomaggiore Terme (PR) - Ultra K Marathon

Scritto da Maurizio Lorenzini- Redazione Podisti.Net

Martedì 20 Novembre 2012 17:59 - Ultimo aggiornamento Martedì 20 Novembre 2012 21:25

2. Emanuel Marrangone (Il Castello Running Varano Melegari) in 1h30' 50"
3. Matteo Arruzzoli (Gp Casalese) in 1h31'20"

SALSOMAGGIORE PELLEGRINO PARMENSE-femminile

1. Paola Clini (Gp Casalese) in 1h51'09"
2. Moira Civiello (Cantù Atletica) in 1h57' 52"
3. Anna Maino (Marciatori Desio) in 1h59'08'

La giornata dal punto di vista climatico è stata favorevole, nonostante più di una previsione promettesse un po' di pioggia. Non lamentiamoci della mancanza del sole, ricordo di aver già corso questa gara più di una volta e la presenza del sole ha sempre coinciso con giornate particolarmente fredde.

Scelgo ancora una volta di correre la Salso-Pellegrino Parmense, con i suoi 24 chilometri la trovo una distanza ideale, il dislivello di quasi 300 metri (ma alla fine sono di più, perché vigliaccamente ogni tanto ti fanno scendere un pò) la rende moderatamente impegnativa e la si può considerare a tutti gli effetti un lungo in prospettiva maratona.

La pensa così anche la forte Anna Maino, recente vincitrice della mezza di Monza (1h26' il tempo finale), dopo Carpi avrà in mente un (altra) maratona?

Parto con l'idea di accompagnare Moira Civiello, all'esordio su questa distanza, a dire il vero non ha mai nemmeno corso una mezza, però vanta dei buoni tempi sulle corte, nonostante non corra da moltissimo.

Salsomaggiore Terme (PR) - Ultra K Marathon

Scritto da Maurizio Lorenzini- Redazione Podisti.Net

Martedì 20 Novembre 2012 17:59 - Ultimo aggiornamento Martedì 20 Novembre 2012 21:25

Però parte forte, troppo forte per me, lascio...correre, vedremo se regge, questo è un percorso che prima o poi ti presenta il conto, i suoi sali sali e ogni tanto scendi un pochino, richiedono una certa capacità di adattare il proprio ritmo.

Raggiungo Anna dopo alcuni chilometri, scambio qualche parola, poi decido di raggiungere Moira, corriamo insieme sino a dopo il 20° km, poi lascio che finisca la sua gara da sola.

Il nuovo arrivo a Pellegrino è più facile degli anni precedenti, quando facevi un lungo giro attorno al paese prima di entrarci, magari eri cotto, sentivi bene lo speaker eppure ne mancava di strada. Invece quest'anno ci hanno regalato 6-700 metri, dalla statale ti infili subito nel paese e la sofferenza finisce prima.

Alla fine Moira Civiello arriva seconda , grande gara, sia pure corsa male, ma prendete nota di questo nome , se le reggono entusiasmo e voglia di correre ne sentiremo parlare spesso. Sale sul podio anche Anna Maino, dopo una gara sofferta.

Quando arrivo l'acqua della doccia è ancora tiepida, e questa è una novità, come i premi più generosi e sostanziosi degli anni precedenti, sarà frutto del risparmio sul chip? Così fosse non mi parrebbe una cattiva idea, data la tipologia di gara.

Un po' di attesa del pullman che ci riporti a Salso permette di vedere uno scampolo di maratona, accidenti, proprio quello dove la nostra Valeria Straneo perde contatto da Sharon Cherop, che poi vincerà la gara. Valeria, va bene così, hai fatto una stagione immensa, chiudendola proprio nella tua regione.

Salsomaggiore Terme (PR) - Ultra K Marathon

Scritto da Maurizio Lorenzini- Redazione Podisti.Net

Martedì 20 Novembre 2012 17:59 - Ultimo aggiornamento Martedì 20 Novembre 2012 21:25

Il dopo gara è spesso noioso nei commenti dei partecipanti, sono sempre gli stessi; quelli che erano moribondi prima della partenza e che poi hanno fatto una buona prestazione, fingono clamorosamente di non rendersi conto di come sia potuto accadere. A quelli che invece è andata male...beh, l'avevano detto che non era giornata.

C'è chi progetta di correre la maratona di Reggio Emilia, a breve distanza dalla precedente, nonostante una tendinite; noi podisti siamo fatti così, corriamo sopra gli acciacchi, nel 90% dei casi ci dice bene e se ne vanno così come (non) misteriosamente sono arrivati, il problema è il restante 10% delle situazioni, che meritano un po' più di attenzione.

Ciao Anna, ci vediamo a Reggio Emilia.