



Il territorio cusiano può vantare un altro fuoriclasse: Stefano Trisconi, in forza alla ASD Caddese, si è laureato Campione italiano IUTA di ultra trail su distanza normale.

Trentottenne nato ad Omegna, ma residente a Ornavasso, Trisconi si è avvicinato alle corse circa dieci anni fa partecipando alla gara in salita Anzola-Piazza Grande, dove si classificò terzo assoluto. In quell'occasione gli si avvicinò Trapani, il presidente della Caddese, che gli fece nascere l'interesse per le competizioni in montagna. *“Da quel momento”,* dichiara Trisconi, *“ho cercato di migliorare anno dopo anno*

*,
tenendo come modelli di riferimento Meraldi e De Gaspar*

*i, “
i corridori dei record
”.*

Da quanto tempo ti dedichi ai trail?

Solo da quest'anno: ho iniziato col Trail del Mottarone a fine maggio per misurare la mia forma fisica ad inizio stagione.

Che tipo di allenamenti segui per avere questi risultati?

Nel periodo invernale mi dedico allo scialpinismo, coprendo circa centomila metri di dislivello positivo. Nei restanti mesi mi concentro sulla corsa (20 ore in fase di carico 120km, 12 ore 60/70 km in fase di scarico), variando nelle settimane la velocità sia in pianura che in salita.

Con il secondo posto al Terra Acqua Cielo ti sei laureato campione italiano IUTA di ultra trail su distanza normale. Come sei arrivato a questo risultato?

Ho partecipato ad un serie di gare che, partendo da maggio e arrivando a luglio, mi avrebbero permesso di presentarmi alla TAC nel pieno della forma: Trail del Motty, Trail del Devero, Corriossola a tappe e Ossola Trail come ultimo test. Sono riuscito a vincerle tutte!

Infine la TAC il 5 agosto, vinta dal favorito Németh Csaba cui sei riuscito a dar del filo da torcere: quali emozioni ti ha lasciato?

Correre insieme a Németh, riuscire a essere in testa per metà gara e battere atleti di livello nazionale come Ruzza, Zarantonello, Barnes sono state emozioni fortissime. Sul percorso, poi, c'era tantissima gente che mi incoraggiava metro dopo metro. Infine, tagliare il traguardo da campione d'Italia... è stato tutto fantastico!

C'è una gara che ami particolarmente?

Certo: la Maratona della Valle Intrasca, la gara di casa che non sono riuscito ancora a vincere.

E una gara che vorresti fare?

Il Tour Des Geants.

Perché corri?

Prima di tutto, perché mi piace! Inoltre è il mio modo di scaricare le tensioni accumulate durante la giornata. Quando corro non penso più a niente: se sono in gara il mio pensiero si concentra per ottenere un ottimo risultato, se sono in allenamento ragiono sul modo per potermi migliorare.

Prossimi obiettivi?

Vorrei partecipare ai campionati mondiali in Galles che si terranno il 6/7 luglio del 2013. Intanto, domenica 26 prenderò parte alla tappa del campionato del mondo in Valtellina Trofeo Kima.