

CORSAAMICA - [19.05.09 X Camminata della Preja](#)

Bella serata quella ieri a Somma Lombardo. Tanti atleti hanno affollato la partenza di questa gara serale di poco più di 6 Km. Al via si sono presentati circa 500 atleti meno uno, io. Ieri infatti come non mai ho sentito la nostalgia delle gare. Ho visto le belle rivalità che ci sono tra gli atleti, chi ha battuto chi e chi invece è stato superato da... E io? a fare foto! Ho fatto circa un Km correndo per posizionarmi per i filmati e le foto e stamattina zoppico con il tendine d'achille bello gonfio. Parliamo invece della gara, clima caldo organizzazione logistica ottima e premiazioni veloci e ben organizzate. Per la cronaca generale vi rimando agli altri siti e blog.

ATHLON RUNNERS - CAMMINATA DELLA PREJA - SOMMA LOMBARDO 19 maggio 2009

Non c'è tregua per gli iscritti al Trofeo Corbella, a cinque giorni di distanza dalla Monclassic, siamo tutti qui a Somma Lombardo, per la Camminata della Preja.

La distanza è poco superiore rispetto a Montonate, 6,2 km, anche se con un dislivello totale inferiore.

L'anno scorso si scatenò il diluvio universale, che convinse diversi podisti (fra cui il sottoscritto) a fare retromarcia e a ritornare a casa all'asciutto. Quest'anno invece fa piuttosto caldo e umido, ma d'altra parte, come diceva Shakespeare, *ul temp, i donn e ul cù han semper fai quel ch'hann vorsüü*.

Prima della gara competitiva, doppio appuntamento con la gara-baby, prima con i mini atleti di 5-7 anni, impegnati sul giro del parco, poi con quelli di 8-10, che di giri ne corrono due.

Alle 20.10 lo sparo per i 500 concorrenti, fra cui dieci Athlon Runners, agguerriti più che mai per confermare un risultato di squadra a dir poco inaspettato alla vigilia del Trofeo Corbella.

Per il sottoscritto è forse l'ultima speranza di raddrizzare la classifica dopo il risultato tutt'altro che esaltante, anche se previsto, dell'ultima gara. Ci vorrebbe un miracolo, ma l'atletica, purtroppo o per fortuna, non è una disciplina che lascia molto spazio alla fantasia. Se si è ben allenati si va forte, ma quando le gambe non girano, girano altre parti del corpo che non solo molto utili per far risultato.

È un peccato, perché il percorso ben si presta a ottime medie. Infatti, dopo un primo chilometro quasi interamente in discesa, si entra nei boschi per circa quattro chilometri di tratto in leggerissimo saliscendi, prima di risalire nell'ultimo chilometro.

Parto cercando di tenere una buona andatura, ma, terminata l'inerzia della discesa, le gambe mi consigliano di rallentare e sono costretto a vivere di conserva fino all'arrivo.

Il podio maschile è formato da Stefano Demuru, Nader Rahhal e Virgilio Franchi. Ottimo quarto Andrea Basoli; in campo femminile, Silvia Murgia ristabilisce le giuste gerarchie, davanti ad un'ottima Cinzia Passera e a Marta Lualdi.

In campo Athlon Runners, subito dietro di me, si sono classificati Alberto Fiandra (76°), Claudio Simbula (100°), in crescita di condizione man mano che ci si avvicina al Palio, Marco Raimondi (118°), un'ottima Laura Marsiglio (141°), Alberto Raimondi (142°), Katia Fornasa (178°), in recupero dopo il lungo infortunio, Carmine De Cicco (182°), Fernando Casu (205°), Daniele Fiandra (252°), che ha definitivamente conquistato il Trofeo Corbella nella categoria Juniores. Congratulazioni Daniele !

Ottima l'organizzazione e discreto il ristoro, peccato che le salamelle fossero terminate proprio quando era il nostro turno.....

ATLETICA VERBANO

- Martedì 19 Maggio tutti a Somma Lombardo, ospiti di Alberto Ballabio, per la 10 edizione della "CAMMINATA DELLA PREJA"....Se fatte un giro sulla nostra Home-page e andate su "NEWS", trovate tutte le indicazioni della gara (con il volantino e il collegamento al sito ufficiale della manifestazione)....Unico scopo di questo articolo è quello di darvi un disinteressato consiglio: partecipate alla Camminata. Le caratteristiche della gara, il tipo di percorso e la simpatica atmosfera che troverete, vi faranno trascorrere una piacevole serata.

Nell'edizione 2008, un clamoroso nubifragio ha tentato di rompere le uova nel paniere, senza successo: erano presenti un gruppo di ragazzini che si sono comportati da grandi, sfidando le intemperie per partecipare al mini-giro; invece al via della Camminata c'erano tanti "grandi" atleti che si sono comportati da "piccoli" divertendosi a correre tra una pozzanghera e l'altra (anzi, buttandosi dentro una pozzanghera e pure nell'altra...).

preja