

## Coppa Lombardia 2012

E' passato un anno.

Non ho preso nota della data precisa dove ho indossato per la prima volta la divisa Valgrigna ma ormai ci siamo. A ricordarmelo l'appuntamento di ieri: il pranzo per le premiazioni di Coppa Lombardia 2012 che segna un po' la chiusura della mia stagione.

Un'annata in grigio rosso con tante emozioni e tante soddisfazioni, di squadra e personali. Tante al punto tale di spingermi oltre la timidezza e scrivere due righe per condividere con tutti le cose vissute in dodici mesi, solo un breve riassunto insomma.

Inizio dalla fine, da ieri dove io e Claudio abbiamo chiuso ufficialmente la Coppa Lombardia con il pranzo e la premiazione: per me il "semplice" scudetto di all finisher, per lui anche la meritata premiazione per essere rientrato nei primi 10 di categoria, nonostante la sfortuna abbia remato contro di lui in più di un'occasione quest'anno. Le mie capacità non mi portano così in alto per puntare a premiazioni ma non sono i primi posti il motivo per il quale salgo in sella e affronto un po' di sacrifici; mi piace il confronto e anche un pizzico di agonismo ma non l'exasperazione e di certo conosco i miei limiti.

A condividere la giornata di ieri con noi c'era un'ampia tavolata; naturalmente i nostri primi fans che sono i familiari, amici e fidanzate. La gioia è stata amplificata poi anche per gli amici premiati dei team "vicini di casa" con i quali si è condivisa tanta fatica quotidiana.

Ma facciamo un salto indietro. Dopo tentennamenti per l'ondata di freddo di febbraio, il rimando a marzo per l'esordio in terra ligure è splendido. Con orgoglio e con la giusta emozione si sfoggiano i nuovi colori e si intraprende la lunga trasferta con un weekend dedicato alla passione sportiva condivisa con alcuni compagni di squadra. Nonostante le condizioni meteo perfette la fatica della prima gara di stagione si fa sentire. Le gambe sono ancora un po' legate dal freddo invernale. Ma un esordio davvero piacevole in compagnia di Mirko, e la gioia di correre per una squadra che sentiamo un po' "nostra" credo sia rappresentata dalla foto dove compariamo insieme.

Il percorso è piacevole: dopo un tratto pianeggiante dove riecheggiano i comuni del litorale ligure, toccati anche dalla Milano-Sanremo, si dirige alla volta dell'entro terra. Le salite non sono paragonabili ai passi alpini come pendenze, ma la fatica spesso non dipende da quello. E infatti i ritmi elevati e la distanza (110 km percorso unico) ad inizio stagione per me personalmente tagliano un po' le gambe. Mi rifaccio un po' con piacere in discesa. Non sono mai stato un discesista temerario, ma quest'anno mi sono lanciato spesso in staccate al limite; la bici con il nuovo assetto a profilo alto da più stabilità e gli effetti benefici si sentono. I paesaggi (per chi ha tempo di



guardarsi attorno e mollare un attimo gli occhi dalle ruote davanti) sono di quelli che incantano. Sui colli spiccano gli ulivi, poi si alternano terreni impervi a tratti coltivati dall'uomo, terrazzamenti tipici della zona. Avanti così fino all'arrivo dove il finale con gli ultimi metri in salita regala tanta fatica, ma la felicità di chiudere bene l'inizio di stagione.

Seconda tappa in quei dei colli piacentini. Levataccia anche qui e via che si scende verso Piacenza verso l'apparente pianura autostradale. Infatti la granfondo punta ai colli dove continui su e giù mettono a dura prova tutti; il tratto più impegnativo della medio fondo per via delle pendenze e del fondo lastricato è anche il più suggestivo: Castell'Arquato con il fascino storico del centro di certo tira il collo. Perdo contatto purtroppo con i

primi del mio gruppetto; un vero peccato perché all'arrivo scopro che sarei potuto arrivare con il gruppo che mi precedeva; invece dopo aver provato a recuperare i 3 fuggitivi di fronte a me mi tocca aspettare quelli dietro per non rischiare di rientrare tutto solo. Troppo forte il vento contro per le mie prestazioni da schiappa.

E ora la caratteristica di questa stagione, la primavera più "umida" degli ultimi anni.. le 9-10 domeniche piovose consecutive riassumono molto bene le gare centrali della Coppa Lombardia. A Polpenazze si scende in griglia di partenza e si arriva di nuovo sotto l'arco sempre con la pioggia. Unico della squadra a sfidare questo tempo (nota di per gonfiare un po' il petto.. concedetemela..) mentre tutti gli altri compagni mi prestano un'assistenza divina. In partenza, mentre di cambio, Giamby a metà percorso con un cambio asciutto di scorta, all'arrivo.. Ho sempre odiato l'acqua in bici e io stesso sono stupito di come ho affrontato queste gare bagnate; l'entusiasmo poi mi spinge spesso all'aria a tirare il gruppetto dopo aver lasciato le sponde del lago di Garda. Una gloria che



forse non vale molto visto che le mie posizioni in classifica non sono di certo tra le prime. Fatica comunque ripagata con il divertimento di andare all'attacco, anche se poi le gambe nel finale sono stanche.

E anche qui lo spasso maggiore è in discesa; staccate molto lunghe e un po' azzardate per via delle ruote bagnate con rilanci continui mi permettono di entrare in un bel gruppetto per il tratto finale; ancora i brividi quando passiamo a distanza di un anno nel punto della caduta di Mirko.. ho ancora in mente il rumore delle bici.. pertanto vista la pioggia battente me ne sto buono e preferisco arrivare sano anziché azzardare una volatina di gruppo.

E dopo questa via con Brescia. Ancora bagnato, stavolta non da subito, ma il divertimento c'è anche stavolta anche se sempre in

tensione con questo tempaccio che ha perseguitato i mesi primaverili. Alla Valli Bresciane particolare piacere è partecipare con molti compagni di squadra. Forse la Granfondo più vicina a casa pertanto un grande gruppo condivide la fatica e la pioggia. Davvero bello il pasta party che oltre ad essere ricco di pietanze è ricco di amici grigi rossi.

Le strade si conoscono un po' di più; nel Polaveno però dopo una partenza a razzo faccio fatica a cambiare il ritmo; provo a recuperare nella discesa verso la Valtrompia. Riesco a portarmi sotto ad un bel gruppone.. poi ecco di nuovo la pioggia; e tante cadute anche tra gli amici di fatica. Purtroppo le strade sono viscide, a tratti allagate, mentre l'arrivo magicamente asciutto!



Ormai a metà competizioni del circuito si affronta Sondrio. Ormai rassegnato alla pioggia si parte per i rettilinei del provinciale Valtellinese con la speranza che arrivi presto la salita per la selezione. Non nascondo che questa partenza non mi è mai piaciuta. Infatti la parte più bella è la più faticosa, quando si inizia a salire per Teglio e poi via a mezza costa nei sali scendi che portano alla salita del Triangia; interminabile che continua ad aumentare di pendenza in progressione fino a stramarti.. e poi giù! via in discesa, una costante ormai.. giù a tutto in mezzo alla nebbia che non aiuta ad affrontare al meglio le curve. Si resta in pochi quando la strada spiana ma con la collaborazione di 5-6 riusciamo a portarci sotto ad un gruppetto. La fatica spesa per questo recupero compromette la possibilità di altri rilanci nel finale e così provo a lanciarmi nel vialone di arrivo ma senza troppe ambizioni.

E veniamo al penultimo appuntamento. Salice Terme: levataccia mattutina per la granfondo peggio organizzata mai fatta credo. Peccato perché le zone e il percorso potrebbero rendere il

tutto davvero bello! a parte le strade purtroppo molto rugose e ricche di cunette dove l'organizzazione non può fare nulla, tante piccole mancanze invece rendono la manifestazione un po' insicura (non credo sia un caso che non ci sarà nella coppa 2013...). A parte questa nota il percorso è tosto. Tutto un mangiabevi continuo di quelli che mettono a dura prova le gambe. Insomma l'arrivo è un sospiro di sollievo sotto tutti i punti di vista.

Ed infine la grande tappa che è la GF Giordana. Un fascino particolare sfidare in un unico percorso i passi alpini. Per la mediofondista come in tutta la stagione. Tutto un evento a sé rispetto alle altre del circuito. I km sono 145 e di fronte c'è il Gavia e il Mortirolo, il tracciato di una vera tappa alpina del giro d'Italia.

Anche qui grazie a Mirko siamo in loco dal sabato con il camper. Sveglia comunque presto per la partenza.. davanti a noi ci sono diverse ore di percorso... un evento per me che non ha piega agonistica.. non ho la forza di certo per strafare.. mi basta arrivare sulle mie gambe, il cronometro è del tutto secondario. E così si parte, in discesa, andatura controllata, rallentamenti soliti per chi vuole vincere la granfonda nel tratto Aprica-Edolo.. infatti il buon Lorenzo rimane vittima di uno "zigzagatore" disperato che tocca la sua ruota e deve fermarsi a sistemare il sensore ciclocomputer.. fortunatamente solo quello. Per me tutto sommato tranquillo fino a Edolo dove poi sempre in compagnia di Mirko si inizia la salita. Come sempre subisco l'inizio delle salite e seppur le pendenze sono minime nel tratto Edolo-Ponte di Legno pertanto cerco di prendere il mio ritmo senza guardare a quelli che mi passano e così tengo i paraocchi fino al Gavia. Sempre affascinante salire in quota.. il tratto dopo la galleria poi è magico. Quest'anno poca neve ci accompagna a bordo strada, ma la vista del panorama, il serpentone sui tornanti, il passo.. è ora di mangiare qualcosa di sostanza... le mie gambe devono girare per circa 7 ore pertanto è ancora lunga.

La temperatura non è freddissima e infatti per il secondo anno consecutivo affronto la discesa verso S. Caterina senza la mantellina ma solo alzando i manicotti. Costante di stagione in discesa parte il divertimento; lascio correre la bici, stacco i compagni iniziali della discesa e cerco di prendere i riferimenti con quelli che vedo in lontananza di fronte a me. Nonostante i rapporti molto agili (50x13) in discesa giù in posizione aereodinamica, si sfrutta la scia di quello davanti per aumentare velocità e sorpassarlo.. così fino a Bormio, dimenticandosi quasi dei freni. Credo il tratto più veloce della stagione; qui infatti la strada è larga e ben asfaltata. Il tratto è aperto al traffico nel lato opposto ma le auto non sono molte e non creano problemi. Dopo l'abitato di Bormio mi trovo con 5-6 ma davanti a noi vedo un bel gruppetto. Per chi ha fatto qualche volta la Valtellina sa cosa vuol dire avere qualcuno che ti ripara dal vento. Allora mi lancio a caccia di questo gruppo sacrificando un po' di energie; nonostante l'ape che decide di entrare nella mia maglietta e pungermi riesco a riportare sotto anche gli altri e lì mi rilasso un attimo, si mangia ancora e ci si prepara mentalmente alla grande fatica che si chiama Mortirolo. Il lato classico da Mazzo, di certo non il più arduo, ma dopo un Gavia che resta nelle gambe può essere terribile. E infatti la sofferenza dopo i primi 2-3 km di salita "normale" è tanta. Le scene che si vedono sono sempre particolari: gente che si ferma, gente che cade perché rallenta troppo, gente che non riesce a ripartire, poche parole perché il fiato è troppo corto, l'acido lattico nelle gambe è costantemente al limite dei crampi, non vedo l'ora del ristoro di metà salita per un po' di acqua fresca. La salita è lenta, cerco invano di tenere un ritmo ma ogni pedalata sembra infinita. La cartellonistica scandisce la fatica fino a ché si arriva nel tratto dove si lascia alle spalle il bosco, sono le ultime centinaia di metri, lì la salita molla un po', c'è anche la gente che guarda, qualche cambio borraccia e finalmente si intravede il passo. Giusto il tempo per fare il pieno alle borracce e via che si riparte per l'ultima fatica. Trivigno per me è odioso. Dopo le fatiche delle due salite quei falsi piani mi troncano del tutto e infatti devo affidarmi ai rapporti più agili per i tratti più pendenti perché le mie gambe chiedono pietà. Così mi sfilo dal gruppetto in cui sono dove le pendenze



salgono e sfrutto i tratti in discesa per rifarmi sotto; fino a quando si scollina e inizia la discesa; in mente c'è solo l'ultimo tratto di Aprica in salita pertanto ci si può giocare le ultime forze per affrontare al meglio la discesa. Cerco di passare quelli più piantati di me e di non perdere quelli che sanno davvero mollare i freni, fino ai tornanti finali che segnano ormai che l'arrivo è vicino. E l'emozione sale perché anche quest'anno sono all'arrivo, ultima gara di Coppa Lombardia, ultimi metri di un percorso duro, ma duro davvero, ultimi metri dei 750 km di

Coppa Lombardia.

Ma soprattutto quest'anno l'emozione degli ultimi metri era tanta per i miei genitori e in particolar modo Martina che mi hanno aspettato all'arrivo, pazientato per ore per vedere pochi secondi il mio passaggio.

E il grazie e le gioie raccolte in questa stagione vanno proprio a loro.