

Domenica 18.06.17

By Mario il pres.

Il caldo c'è e con lui bisogna fare i conti. La notte del sabato diventa lunga, sperando che arrivi aria fresca nelle ore piccole. Il mattino, però, è un problema. Si parte presto e non tutti ce la fanno. Io, proprio non ci penso nemmeno. Non so come facciano i ragazzi di Reggio ad essere sempre puntuali. Sono da ammirare.

Non sto ad elencare scuse (e potrei, effetto di quel po' di fresco della nottata), non passo neanche dalla piazzetta, tanto lo so del ritardo. Non so quanto siano davanti e chi ci sia. So solo che ho poca voglia. Nonostante questa situazione vado sul percorso stabilito, sperando in eventuali soste dei prof, cosa che capiterà (le loro soste saranno più di una), perché li raggiungerò alla fontana di Valestra.

Il tracciato, oggi ci porta lungo il Secchia. Un lungo tratto in piano fino a Veggia, ed un altro lungo falsopiano fino a Lugo. Davanti (lo imparerò, appunto alla fontana), vi sono Giuli, Marco, Michi, Salvatore, Silvio, Lello, che però girerà per la bassa di Baiso e gli ospiti Alberto, Aldo, Giuly, e Luca. La loro andatura, almeno fino a Lugo è interessante, media dei ventisette, dirà Giuli, una media giusta per stare in gruppo tutti assieme. Non so chi sia stato il locomotore, ma Alberto la sua parte l'ha certamente fatta.

Dopo Lugo, si arriva a Debbia e comincia la salita di MONTE FALO'. E' divisa in due tronconi, con San Cassiano in mezzo. Strava dice sette chilometri e mezzo al sette per cento, ma dobbiamo parlarne. Sapete come è la storia delle medie. Il famoso pollo a testa mangiato è una fregatura per chi mangia solo il culo. Così è anche per questa salita. I primi tre chilometri sono all'otto e gli ultimi tre hanno pendenze spesso in doppia cifra. Saranno forse i tratti centrali ad abbassare la media. Quando, nella seconda parte, si vede il cartello COSTA ALTA km 2,8m, sappiate che comincia il calvario.

Cinque, sei, sette, non so quanti, scaloni con pendenze intense e tratto (breve) quasi orizzontale di respiro. Ma di respiro c'è ne poco. In ogni caso tutti (sia i prof, che il sottoscritto, dopo di loro ovviamente), abbiamo superato la difficoltà, scollinando sul ripetitore, per poi finire, in discesa, alla fontana di Valestra. Pare che ci siano state anche scaramucce (leggi Aldo), ma i napoletani Michi e Salvatore, in forma Dolomiti, hanno subito fatto capire chi sta al comando.

Da citare anche Silvio, che sta raggiungendo uno stato di forma sublimale, con i suoi trecento e passa chilometri settimanali (con tremila e passa di dislivello). Giuli, invece è sempre alla ricerca della difficoltà estrema. Non si accontenta mai. Domenica, appunto, dopo Monte Falò, il programma prevedeva San Vitale, Il Castello di Carpineti, il Municipio di Viano, i Paulli, ebbene li ha fatti tutti. Ho lasciato per ultimo Marco, per dire che si sta riprendendo dopo l'intervento subito e lo fa con una intensità pazzesca. Tutte le sere in giro. E' già a buon punto con il recupero.

Dopo la sosta alla fontana, personalmente ho preferito evitare Carpineti. Con Aldo e Giuly, ci siamo fatti Baiso, Municipio e Paulli (non Giuly), rientrando a Montecavolo prima di mezzogiorno, appena prima del gruppo dei prof.

Giornata calda

Partecipanti 7 ciclistica + 4 ospiti 11 totale km 100 4.05

**GIULI, MARCO, SALVATORE, MICHELE 100**

**SILVIO, MARIO 90**

**LELLO 65**

**OSPITI: ALDO, ALBERTO, GIULY, LUCA**