



 SPIRITOTRAIL

12 TRAIL PER UN BUON 2010

a cura di Matteo Grassi

Prendendo spunto dal calendario gare pubblicato sulla nostra rivista, ma anche con un occhio ai vari commenti apparsi sul forum di www.spiritotrail.it, abbiamo curato una selezione molto ristretta per consigliare 12 trail ai nostri lettori. Ma attenzione: non si tratta di una classifica! Per forza di cose molti trail importanti, alcuni dei quali veri e propri punti di riferimento del panorama italiano, sono stati esclusi, a volte proprio in virtù della loro già consolidata fama. Si sono invece privilegiati, in questa selezione, anche trail piccoli e meno noti, con un occhio di riguardo alle prime edizioni, alle novità o... Insomma, sono vere e proprie «gemme» da scoprire: provare per credere!

12 BUONI MOTIVI PER CORRERE OFF ROAD, SU COLLINE, ALPI, PREALPI O APPENNINO, 12 APPUNTAMENTI DA NON PERDERE PER UNA STAGIONE ALL'INSEGNA DELLO SPIRITO TRAIL.

1 TRAIL DI SANTA CROCE

data: 21 marzo 2010
località: Bogliasco (GE)
percorso: 40 km/ 2300 m D+

perché... Per scoprire un angolo di Liguria tra cultura, tradizione e stupende vedute a strapiombo sul mare, con le Alpi sullo sfondo. Cosa chiedere di più per cominciare la stagione?

www.ergus.net



2 TRAVERSATA DEI COLLI EUGANEI

data: 11 aprile
località: Villa di Teolo (PD)
percorso: 42 km/2000 m D+
percorso ridotto: 21 km/1200D+

perché... L'appuntamento ideale per avvicinarsi al trail. Una distanza media (42 km) e una breve (21 km) per accontentare tutti, sia chi è già in forma, sia chi deve ancora macinare un po' di chilometri. Il percorso non presenta pericoli, ma qualche difficoltà su salite e discese sì, molto ripide e spesso fangose! L'organizzazione e il clima familiare hanno reso la TCE, alla 26a edizione, un vero e proprio classico del trail in Italia.

www.traversatacollieuganei.it



3 ELBA TRAIL

data: 11 aprile
località: Marciana Marina, Isola d'Elba (LI)
percorso: 35 km/1900 m D+

perché... Pur essendo una manifestazione giovane, quel giusto mix di paesaggi, sentieri, profumi ed accoglienza senza eguali l'hanno fatto diventare subito «grande», uno dei trail di media distanza più apprezzati in Italia. E il ricavato va in beneficenza, in ricordo di Eleonora.

www.atleticaisoladelba.com



5 LAVAREDO ULTRA TRAIL

data: 26 giugno
località: Auronzo di Cadore (BL)
percorso: 90 km/5000 m D+

perché... Partenza a mezzanotte con la luna piena, percorso immerso nelle Dolomiti, con passaggio all'alba alle Tre Cime di Lavaredo. Grande attenzione alla sensibilizzazione dei partecipanti sul tema sicurezza (Enjoy responsibly) e sull'ambiente. LUT è l'ultra trail in Italia.

www.ultratrail.it



4 ROMAECOMARATONA DEI CASTELLI ROMANI

data: 30 maggio
località: Frascati (RM)
percorso: 42 km/1500 m D+

perché... Ebbene sì, anche Roma avrà la sua Ecomaratona! Una piacevole sorpresa questa «new entry» nel calendario italiano, un trail di 42 km (ecomaratona appunto) in una regione ricca di appassionati, ma che fino ad ora non offriva nulla di eguale. Un percorso immerso nell'incantevole paesaggio del Parco Regionale dei Castelli Romani, nella storia, tra crateri di vulcani inattivi, come i laghi di Nemi e Castelgandolfo e la piana dei Campi di Annibale, dove si narra che s'accampò l'immortale Generale Carteginese con le sue truppe.

www.romaecomaratona.it



6 PERALBA MARATHON

data: 11 luglio
località: Val Visdende - Sappada (BL)
percorso: 31 km/2650 m D+

perché... Impegnativa, seppur breve, corsa in alta montagna quest'anno alla seconda edizione. Su sentiero tecnico e duro si corre immersi in un ambiente dolomitico meno noto ai turisti, ma ricco di fascino e intriso di storia.

www.peralbamarathon.com



7

CHABERTON MARATHON SKYRACE DEI FORTI

data: 1 agosto
località: Cesana (TO) -
Monginevro (Francia)
percorso: 42,5 km/3256 m D+
percorso corto: 22 km/1911
m D+

perché... Un percorso tecnico,
mozzafiato e spaccagambe,
con panorami eccezionali
sulle Alpi: Les Ecrins, il Viso, la
Vanoise, il Monte Bianco...

www.chabertonmarathon.eu



8

MARATONA ALPINA PASUBIO

data: 11 settembre
località: Pivovene Rocchette
(VI) - Pian delle Fugazze (TN)
percorso: 42 km/3000 m D+

perché... 36a edizione per
una delle corse in montagna
più vecchie in Italia. Percorso
di 42 Km circa, che si snoda
interamente in zona montuosa.
Segue sentieri, mulattiere
e strade bianche in zone
scarsamente frequentate.
Si corre lungo l'ideale linea
storica dell'estrema difesa
dell'esercito Italiano contro
l'avanzata Austro-Ungarica
durante la guerra 1915/18. Lo
scopo della manifestazione è
principalmente quello di far
conoscere le bellezze dell'alta
Val Leogra e in particolare
alcuni luoghi storici, primo
fra tutti la rinomata Strada
delle 52 Gallerie sul Pasubio:
opera di alta ingegneria
militare risalente al 1° conflitto
mondiale.



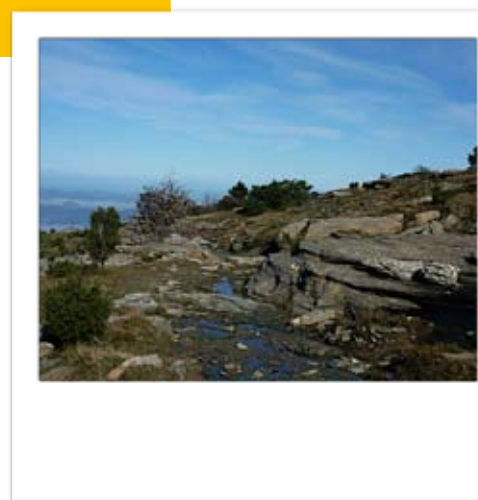
10

10. TRAIL 3 COMUNI

data: 10 ottobre
località: Albisola (SV)
percorso: 76 km/5000 m D+
percorsi ridotti: 5 / 11 / 21 /
45 km

perché... Un trail genuino,
con percorsi alla portata di
tutti. Il T3C insieme al Gran
Trail Rensen (25 settembre,
Arenzano) costituiscono il
Challenge del monte Beigua.

www.trail3c.it



11

TARTUFO TRAIL RUNNING

data: 17 ottobre
località: Calestano (PR)
percorso: 50 km/2500 m D+
percorso ridotto: 28 km/1370
m D+

perché... Si corre nel basso
appennino, dove magari
non ci sono grandi panorami,
ma bei boschi, carrarecce
fangose e sentierini, a tratti
anche tecnici, in occasione
della fiera del tartufo nero di
Fragno.

www.tartufonerofragno.it



9

ANTICO TROI DEGLI SCIAMANI

data: 19 settembre
località: Vittorio Veneto (TV)
percorso: 69 km/4500 m D+

perché... Un ultra trail a
coppie. Un viaggio di quasi
70 chilometri alla scoperta del
Cansiglio, della sua Foresta,
delle creste selvagge che
lo dominano, alla scoperta
di luoghi misteriosi, intrisi di
mistero e spiritualità. Ma
soprattutto un lungo viaggio
dentro di sé. In concomitanza
l'ormai classica Ecomaraton
dei Cimbri: 42 km di trail.

www.anticotroideglisciamani.it



10

TRAIL DEL MONTE CASTO

data: 31 ottobre
località: Andorno Micca (BI)
percorso: 46 km/2050 m D+
percorso corto: 21 km/900
m D+

perché... Quale miglior modo
di concludere la stagione del
trail? Una corsa nei colori e nei
profumi intensi dell'autunno,
una grande festa per tutti
i trailer organizzata alla
perfezione e con amore da un
grande atleta, da una grande
persona: Maurizio Scilla.

www.mauscilla.it



31 ottobre
2010

ore 7.00 partenza 46km
ore 9.00 partenza 21km



CHALLENGE 2010

SPIRITOTRAIL

tappa conclusiva



**MONTE
CASTO
TRAIL**

Andorno Micca - BIELLA

46 KM / 2100 D+.

21 KM / 900 D+.

MINITRAIL PASSEGGIATA DI 9KM



Lafuma



aderisce alla campagna promossa
da Spirito Trail:

"IO NON GETTO I MIEI RIFIUTI!"



Maurizio Scilla tel. 3398534127 - maucilla@alice.it - www.maucilla.it - www.gsapollone.it

A cura di Cristina Murgia

IVAN CUDIN VINCE LA SPARTATHLON!

Ivan Cudin si conferma uno degli ultramaratoneti più forti al mondo vincendo la gara più prestigiosa: la Spartathlon, mitica gara di 246 km che dal 1983 infiamma la strada che da Atene porta a Sparta. L'azzurro, che ai recenti mondiali di 24 ore aveva conquistato l'alloro europeo e il bronzo mondiale, stabilendo anche il miglior risultato italiano sulla distanza (263 km e 841 metri), ha scritto una nuova pagina della storia dell'ultramaratona azzurra. Fino ad ora nessun italiano era infatti mai salito sul podio di questa competizione, e il miglior piazzamento era un settimo posto fatto registrare dallo stesso Cudin nell'edizione 2009. Ivan ha impiegato 23 ore e 3 minuti per raggiungere la statua di bronzo del re Leonida, che tradizionalmente segna la fine della corsa: in 27 edizioni della gara solo due "mostri sacri" come Yannis Kouros e Scott Jurek sono riusciti a fare meglio.



AL CASTO SI CHIUDE IL CHALLENGE SPIRITO TRAIL

Il Trail del Monte Casto, in programma il 31 ottobre ad Andorno Micca (BI) chiuderà la prima edizione del Challenge Spirito Trail. Il circuito di gare era partito lo scorso 11 aprile con la Traversata dei Colli Euganei (PD), per poi fare tappa sulle Dolomiti del Cadore con la Lavaredo Ultra Trail (26 giugno) e nelle foreste del Cansiglio trevigiano con l'Antico Troi degli Sciamani (19 settembre). La quarta e ultima tappa stabilirà quindi i vincitori del Challenge, coloro che nelle varie prove avranno totalizzato i migliori piazzamenti.



MELTZER PARTE PER LA HUMAN EXPRESS

Karl Meltzer, l'ultramaratoneta americano con il maggior numero di vittorie nelle gare di 100 miglia, si è lanciato in una nuova avventura: percorrere di corsa le 2000 miglia (3200 km) del Pony Express Trail. Quest'anno ricorre infatti il 150° anno della nascita di questo storico itinerario che veniva percorso dai cavalli che portavano la posta da St. Joseph, nel Missouri, fino a Sacramento in California. Il Pony express fu il mezzo di comunicazione più diretto tra l'est e l'ovest prima dell'avvento del telegrafo e fu vitale nel legare la California all'Unione subito prima della guerra di secessione americana. Questa nuova avventura di Meltzer si chiamerà HumanExpress e dovrebbe durare circa 40 giorni.



Il 2 luglio la LUT 2011

È stata ufficializzata la data della quinta edizione della Lavaredo Ultra Trail 2011, che avrà luogo il 2 luglio con partenza e arrivo ad Auronzo di Cadore (BL). Confermato il via a mezzanotte e la lunghezza del percorso (90 km), che presenterà comunque delle variazioni rispetto al 2010. Per gli amanti del trail non in grado di affrontare tutto il tracciato, è in arrivo una bella novità che sarà resa nota nei prossimi giorni sul sito della gara www.ultratrail.it.

GLI ORGANIZZATORI PREPARANO L'INCONTRO DI FINE NOVEMBRE

In vista dell'incontro che si svolgerà ad Albisola Superiore (SV) il prossimo 26 e 27 novembre, gli organizzatori di gare trail si stanno confrontando sugli argomenti da affrontare e discutere. Dall'incontro dovrebbe infatti nascere una seconda versione del "Manifesto Trail", l'insieme di indicazioni che scaturì nel 2008 dalla prima riunione tra i responsabili delle ultra trail italiane. Per arrivare ad Albisola con le idee già chiare, gli organizzatori si ritrovano virtualmente in questi giorni sul forum di Spirito Trail (www.spiritotrail.it/forum), in una cartella a loro riservata e nella quale si stanno analizzando temi quali la sicurezza, le assicurazioni, il materiale obbligatorio, il doping. Gli organizzatori interessati a partecipare all'incontro di fine novembre e ai dibattiti sul forum possono scrivere a info@spiritotrail.it

FLORENT TROILLET DICE STOP

Lo svizzero Florent Troillet ha deciso di mettere fine alla sua carriera in piena gloria, dopo aver vinto il campionato del mondo di scialpinismo. A 29 anni è arrivata l'ora di "passare ad altre cose", lontano dalle emozioni intense, dai sacrifici e dalle privazioni che fanno parte dello sport d'élite. Campione del mondo 2010, doppio vincitore della Patrouille des Glaciers e della Pierra Menta, trailer durante l'estate, Florent ha deciso di abbandonare le guardie frontaliere e dedicarsi agli studi, in particolare nel settore del sociale. "La mia passione per lo sport rimane intatta, voglio semplicemente impegnarmi a fondo in un altro campo. Conciliare lo sport d'élite e gli studi non è possibile, è anche vero che se non avessi raggiunto tutti gli obiettivi che mi ero posto avrei proseguito. Continuerò a fare sport, ma con meno allenamento nelle gambe, magari potrete vedermi alla Patrouille des Glaciers o alla Sierre-Zinal".





Testo di Cristiano Moschini



francesco berlucchi

LA RICETTA DEL *Trail*



frfabio lovisetto



francesco berlucchi

LAFUMA TRAIL MONTE CASTO

Andorno Micca (BI)
31 ottobre 2010
31 km 1.500 m D+ / 21 km 900 m D+
www.mauscilla.it



Ancora una volta lo chef Mau ci ha deliziati con una pietanza a sorpresa, una di quelle che ti sorprendono e ti soddisfano. Il primo esperimento risale all'ottobre 2006 e gli invitati erano, in teoria, pochi intimi, ma il tam-tam di amici e conoscenti ha fatto sì che all'esordio inaspettatamente raccogliesse già 250 iscritti, un primo segnale della credibilità del cuoco. La sua è una ricetta classica della cucina casalinga. Genuinità e semplicità unita al piacere di sedersi a tavola insieme. Dopo il primo fortunato esperimento lo chef concede il bis, olia gli ingranaggi già positivamente collaudati e raccoglie nuovi amici arrivando a 350 iscritti. Il bel tempo, il fascino del bosco e la perfetta organizzazione ed assistenza di gara decretano il successo di questa festa trail. Chef Mau, da innamorato e attento conoscitore del mondo trail, coglie il momento giusto per rischiare il raddoppio. Alla sua terza edizione affianca alla classica 21 km la nuova 42 km. La risposta è ancora una volta di assoluto entusiasmo, tanto che i 470 iscritti non sono facili da sistemare ed organizzare in un ambiente contenuto come quello di Andorno Micca. Il nuovo percorso è entusiasmante e valicare il Bocchetto Sessera apre un nuovo mondo, offrendo bellezza e tecnica al tracciato. Una magnifica giornata autunnale fa da ciliegina sulla perfetta riuscita della nuova sfida. Ma l'effetto Utm b si fa sentire e per la quarta edizione la 42 si trasforma in 46 km, per ottenere l'ambito riconoscimento di corsa qualificante. Il risultato è che i posti a disposizione vengono esauriti anzitempo, sfondando il limite e arrivando a 540 iscritti. E anche l'anno del "pullman veneto", evento alquanto insolito e pittoresco che sottolinea lo spirito che permea la manifestazione. Ma oltre alla festa c'è pur sempre la gara e la qualità del Trail del Monte Casto viene evidenziata da un parterre di top runners degno delle migliori manifestazioni. L'ulteriore allargamento del percorso "alto" è una vera chicca per la sua bellezza paesaggistica. Ottobre 2010, la quinta edizione è come una festa per la maggiore età. Sì, perché



francesco berlucchi

questo piccolo gioco è diventato una classica del panorama trail nazionale. L'umidità nell'aria si può affettare ed il cielo è di un cupo che non lascia speranze. Questa volta non c'è il sole e si impongono delle scelte difficili. Già al sabato si parla di gara accorciata in quanto le condizioni della parte alta della 46 km non concedono grossi margini di manovra. Malgrado ciò, l'aria che si respira fra i partecipanti è festosa e rilassata. Perché di festa si tratta e non solo grazie ai veneti, in quanto la rappresentanza di molte regioni è ormai una presenza costante e il nuovo record di 550 iscritti nei due percorsi lo testimonia. La notte di pioggia continua obbliga l'organizzatore a contrarre il percorso lungo, scelta avallata dal buonsenso, e la domenica mattina, nonostante un meteo decisamente inclemente, un festoso fiume umano si è riversato nel fango dei boschi del Casto. Ancora una volta, con semplici ingredienti, Mau Scilla ci ha sfornato una perfetta ciambella col buco. ▼

Testo di Filippo Maso

IL MAGIC BUS

Conegliano - Mestre - Grisignano - Vicenza - Verona - Andorno Micca

Le fermate del treno? Certo che no... Sono le tappe del "Magic Bus", la corriera veneta che sfreccia verso l'orizzonte!

Ore 9.30 Conegliano - Partiti!

Ore 9.45 Autostrada - Andrea strabuzza gli occhi fissando il cellulare che gli squilla fra le mani, si dà una pacca in fronte e grida: Nooo!! Ci siamo dimenticati Rudy! Rido e tra me penso: Cominciamo bene!

Per chi non lo sapesse questa è la Corriera Veneta, un tour de force enogastronomico con destinazione Andorno Micca. Il Casto in un certo senso segna la fine della stagione delle corse, è la festa del Trail. E andarci in compagnia di un fantastico gruppo è un'idea quanto mai azzeccata.

Simpatizzanti della dieta ipocalorica astenersi! Astemi? Qui rischiate la sete perché di acqua non vi è traccia. Al volante c'è Germano, ribattezzato "il Germanico", esperto autista e, cosa più importante, sobrio! A Mestre la prima fermata. Dei volti sorridenti e infreddoliti ci aspettano nel parcheggio. È l'ora della colazione! Ma tutta a modo nostro: l'english breakfast ci fa un baffo! Al classico cappuccio e brioche al banco sostituiamo il più autoctono prosecco e pizzette sul cofano di un'auto. I passanti ci guardano e rabbriviscono. Il viaggio procede e sosta dopo sosta salgono a bordo tutti gli amici trailers. Siamo tanti,

più di cinquanta: presenti i trevisani, i bellunesi, veneziani e padovani, vicentini, veronesi e pure gli outlanders di Friuli e Trentino. Facce conosciute, qualcuna nuova e tante storie da ascoltare.

La pausa pranzo si avvicina e ci fermiamo in un'area di sosta vicino a Brescia. Qui il gioco si fa duro! Ognuno scarica dal vano portabagagli le "provviste" e in un lampo viene imbandita la tavola.

La raccomandazione prima di partire era stata: ognuno porti qualcosa da mangiare. Risultato? Quello che doveva essere un pranzo al sacco assume per dimensioni e qualità le sembianze di un catering! Soppresses, pane fatto in casa, dolci tipici, formaggi e biscottini. C'è pure una cassetta d'uva. Il vino e alla fine la grappetta digestiva. Nella mischia, mentre mi caccio in bocca una fetta di torta salata e arraffo un bicchiere, mi viene da ridere: alimentazione appropriata per il pre-gara! Se ci vede Speciani gli piglia un infarto!

Mi guardo attorno e per una volta non c'è nessuno a cui interessi il risultato. Domani, alla corsa, ci si diverte e basta! Beh... per chi riuscirà a muoversi...

Ad Andorno ci si sente come a casa, grande accoglienza, ritiro pettorale e birretta inaugurale. Poi tutti all'ostello e

di nuovo con i piedi sotto la tavola.

Il giorno dopo, la corsa. Sì, abbiamo pure corso, con l'acquazzone e il freddo. Con gli amici che incontri lungo il sentiero. Dopo la festa e il banchetto, il rientro a casa.

Ci sono state le battute, le canzoni, la porta rotta e un temerario che rinuncia alla cintura dei pantaloni per chiuderla alla buona. Ma la corriera non è solo questo perché il viaggio è lungo e dopo un po' i soliti racconti delle corse e le barzellette si esauriscono; lì è il bello, il momento più vero. Ognuno parla di sé, delle passioni o dei guai. Chi ha i bambini a casa dei nonni, domani non andranno a scuola... ah già, domani è festa! Chi leggendo il giornale sbuffa e magari si inalbera. Insomma un momento magico dove abbiamo condiviso lo spazio, le idee e perché no, il cibo e un bicchiere buono.

Siamo già arrivati al capolinea. La corriera è quasi vuota, saluto e torno a casa. Sono felice e il ricordo di questo week end lo chiudo in cassaforte.

Tempo fa qualcuno si chiedeva: Dove sta andando il TRAIL? La destinazione è sconosciuta, ma a me piace pensare che stia viaggiando a bordo del MAGIC BUS! ▼

Il Trail del Casto e le sue sorprese

Testo di Cinzia Bertasa

Respiro regolare, gambe che sforzano sì, ma in modo "gestibile"; questo mi ricorda che la corsa è anche ascoltarsi. Ecco le premesse di questa lunga cavalcata, dove non sai bene cosa ti aspetta, ma sai che è ciò che hai scelto, che vuoi, ed ora è il momento per seguire l'istinto! La giornata è "infame", ma corro tranquilla e penso al titolo da dare a queste righe. Sì, perché del Trail del Casto, del mio battesimo nel mondo trail (2009), non si può scrivere senza guardare e sentire. Mi "stacco" per un po' da tutto, parole e rumori, da ciò che potrebbe distrarmi nell'assaporare questi splendidi paesaggi e momenti, dove i colori autunnali la fanno da padrone, dove ogni cosa prende una sfumatura diversa. La nebbia, che con il suo "vedi non vedi" ti lascia la possibilità di usare la fantasia alla ricerca del "cosa ci sarà dopo", l'acqua battente che nell'essere ostile crea percorsi vari e impegnati, dove l'attenzione e il divertimento primeggiano sulla velocità e l'agonismo, la sorpresa neve che ti riporta un po' bambino a giocare nel cercare i passi degli altri, e un po' adulto, nel pensare a chi dietro faticherà più di te nel trovare equilibrio. Ci sono poi quei sottoboschi che cambiano sfumature di colore ogni volta che giri l'angolo, ogni volta un regalo, un dono di madre natura! Manca solo il sole. Nessun rammarico per essere partiti sotto il diluvio, nessun viso scuro all'arrivo che parli di malcontento, insofferenza, solo sorrisi e occhi raggianti per una giornata trascorsa da "bambini". La testimonianza reale, concreta, che questo trail ha qualcosa di speciale! Non so se il merito va al luogo, al percorso, a chi lo ha organizzato con passione e cuore, a quei gesti semplici, ma dolci, premurosi, come un sorriso per tutti all'arrivo, una parola di conforto, sostegno, stima da parte di una ragazzina solare, o magari di quei "personaggi" che creano il trail. Di fatto questo trail dà tanto e forse questo fa sì che si riceva tanto! Il titolo sarà "Il Trail del Casto e le sue sorprese", per tutto quello che mi ha lasciato in occhi, spirito e cuore.

10 righe dalla scopa del Casto

Testo di Roberto Beretta

Tutto o quasi si riassume nell'avere impiegato 7 ore per fare 31 km e dire: "peccato che è finita".

Acqua, neve, freddo, fango, vissuti ogni singolo secondo. Risa, urla e scivolote, ad ogni passo. Condivisione, fatica e leggerezza nello "scortare" gli ultimi caparbi concorrenti. Chiacchiere e ringraziamenti ad ogni singolo ristoro, minuti ben spesi per ringraziare e mai abbastanza i numerosi volontari, che hanno atteso il passaggio delle scope. Goliardia nel risalire torrenti in piena, e nello sciare nel fango. Sbigottimento da parte di chi ci osservava nelle nostre evoluzioni. La sosta al capanno, l'ospitalità di una bottiglia di vino. La voglia di esserci ancora, il sorriso di Mau all'arrivo, la sorpresa mista a incredulità dell'applauso al nostro arrivo. Tutto questo è magia, è il Trail del Monte Casto.

CLASSIFICA MASCHILE 31 km

- | | |
|--------------------|----------|
| 1. Alexandre Daum | 2h36'47" |
| 2. Enzo Mersi | 2h37'07" |
| 3. Daniele Fornoni | 2h43'39" |

CLASSIFICA FEMMINILE 31 km

- | | |
|---------------------|----------|
| 1. Virginia Oliveri | 3h08'59" |
| 2. Corinne Favre | 3h14'12" |
| 3. Cinzia Bertasa | 3h16'09" |

CLASSIFICA MASCHILE 21 km

- | | |
|-----------------------|----------|
| 1. Jerome Bosch | 1h37'20" |
| 2. Silvio Balzaretti | 1h44'30" |
| 3. Gianluca Finotello | 1h48'10" |
| 3. Enzo Passare | 1h48'10" |

CLASSIFICA FEMMINILE 21 km

- | | |
|------------------|----------|
| 1. Marina Plavan | 2h06'11" |
| 2. Rosanna Matte | 2h07'54" |
| 3. Valeria Bruna | 2h08'08" |

Testo di Alice Chiaverina

UN VULCANICO RISTORO

In Sicilia l'Etna è chiamato "a muntagna". "La montagna" per eccellenza perché tutti ne hanno profondo rispetto. Quella grossa massa scura e bianca è ciò che spicca tra campi verdi e distese di frutteti che si vedono guardando dall'aereo. Il giorno della gara ci troviamo a metà della sua quota. Distribuisco gli ultimi pettorali ai soliti siciliani ritardatari e si parte! Salgo sull'auto della forestale e ci dirigiamo in testa al gruppo per una strada secondaria al sentiero in cui passano i "numerati". Arriviamo e non facciamo in tempo a scendere dall'auto che dobbiamo risalire: Pellissier sta già arrivando! La sua corsa è davvero incredibile, sapevo che era forte ma non immaginavo che una jeep della forestale potesse quasi far fatica a precederlo! Ogni volta che facciamo per aspettarlo in qualche posto, dopo pochi minuti lo vediamo arrivare e dobbiamo frettolosamente risalire per poter stare sempre in testa alla corsa. Passando tra le varie colate laviche mi faccio raccontare la storia di ciascuna di loro che è davvero affascinante. Gli abitanti dei paesi limitrofi dicono di essere solo gli "affittuari" dei territori in cui vivono. Ed è proprio così: l'Etna può decidere in qualunque momento di riprendersi tutto. È anche per questo motivo che questo luogo è davvero affascinante. Mi scaricano insieme al mio zaino e all'acqua nel luogo in cui devo fare il punto di controllo e ristoro a sorpresa. Che bel posto! Sono praticamente nel mezzo di una colata lavica a due passi da piccole e grandi grotte e il paesaggio è magnifico. Di questi posti in questa stagione non potrò mai non raccontare dei colori pazzeschi. Ogni colore, rosso, giallo verde, marrone, bianco, nero spicca come non mai creando dei cromatismi che non ho mai visto altrove. Mentre mi faccio distrarre da quello che ho intorno iniziano ad arrivare gli atleti. Si susseguono a poca distanza l'uno dall'altro e il tempo passa velocemente. Vedendoli arrivare mi sembra quasi che in questi 42 km ognuno di loro si stia portando dietro un sentimento diverso e nuovo. Gli occhi di tutti sorridono anche se stanchi. Molti gradiscono un po' di acqua o sali "imprevisti", tanto che uno degli atleti oltre ad abbeverarsi si prende da me anche un bacio sulla guancia (che belga marpione). Passa circa un'ora, forse un po' di più, ed ecco arrivare l'auto che fa da scopa. I simpaticissimi ragazzi del soccorso alpino mi caricano insieme all'acqua avanzata e mentre "sbandelliamo" il percorso, scortiamo gli ultimi all'arrivo dove il clima, come ogni anno, è di festa e gioia. L'ottimo pranzo e i sorrisi di tutti completano questa giornata che non esisterebbe se la natura non avesse creato quest'opera da farci ammirare. ▼

Testo di Mirko Mottin

RICORDI IN PILLOLE (anzi, in gocce)

Non volevo scrivere la solita "recensione/racconto" della mia corsa, ma condividere alcuni momenti che rimangono a solleticare piacevolmente i ricordi di questa quinta edizione del Trail del Monte Casto, caratterizzata dalle incessanti e incalzanti piogge e da una lista partenti di livello assoluto. Prima di tutto: che bello arrivare il sabato all'accogliente ritiro pettorale per i saluti, gli abbracci, due battute, due pezzetti di formaggio con Mau Scilla e tutto lo staff. Poi via verso il santuario/albergo/ristorante di San Giovanni; qui l'immagine indelebile nella mente è composta dalla strada che transita nella Valle Cervo, dove la macchina viene inghiottita dai colori meravigliosamente autunnali degli alberi. Verdi accesi e pieni, sfumature che vanno dal rosso al giallo e un tappeto di foglie che la natura usa per attutire il fastidioso rumore delle (nostre) macchine che la invadono. Già sistemato nella stanza, l'ascetico silenzio viene interrotto dall'arrivo di un branco di manigoldi in autobus. Non posso non precipitarmi sulle scale per abbracciare gli amici in arrivo dal Veneto. Fa bene al mio Spirito (non solo quello Trail), vedere facce sorridenti e amiche. Aspettare ansioso la cena per continuare le chiacchiere con tutti, fare foto, presentare la mia meravigliosa (ogni scarrafone, ecc. ecc.) famiglia agli amici che ancora non l'hanno conosciuta e poi assaggiare le grappe e le torte fatte in casa (sempre portate dai manigoldi). Alla fine tutti a scalare il "picco branda" per le poche ore di sonno prima della colazione. E lì avere il piacere di dividere il tavolo mattutino anche con campioni veri come Pablo Barnes e Virginia Oliveri. Via tutti alla partenza. Gara ridotta da 46 a 31km (anche questo sarà un ricordo), troppo brutto tempo e troppo pericolo per tutti. Per fortuna c'è ancora chi ha la testa sul collo (grazie Mau) e, usandola, prende le decisioni giuste. Nonostante qualcuno (pochi, forse solo uno) si lamenti per i km tolti! Sul percorso, a mio giudizio uno dei più belli in assoluto, ringrazio uno a uno i volontari che incontro. La frase? "Ciao, grazie per essere qui per noi e per la tua pazienza". Grandissimi, ore fermi sotto la pioggia, al freddo, solo per indicarmi la strada o per chiedermi se va tutto bene. Il minimo è usare un po' del mio fiato per far capire che tutti noi apprezziamo i loro sorrisi. E ancora il piacere di correre e camminare con qualcuno che già conosco e altri che raggiungo o mi raggiungono, conosco sul momento e che, come sempre succede, ritroverò su altri sentieri, ricordando le prime parole scambiate oggi. L'arrivo, cercando con lo sguardo i miei bimbi e non trovandoli, attendere il loro arrivo per 10 minuti a un metro dalla linea del traguardo, sotto il diluvio, solo per avere il piacere di tagliarlo con loro in braccio. Il pasta-party e le premiazioni, fiumi di birra e di sorrisi e l'edizione 2010 del Casto che piano piano chiude i battenti e ci fa risalire in auto per tornare alle nostre case. Tante cose da ricordare nell'attesa della sesta edizione, magari con un po' meno pioggia e, se possibile, con ancora più birra! ▼

francesco bertucchi

Utente o e-mail

Password

☐ Ricordami alla prossima visita

Accedi

Registrati

Password dimenticata?

Google Ricerca perso

Cerca

Outdoor passion

MTB passion

Snow passion

Running passion

Preparazione

Gare

Personaggi

Calendario eventi

I francesi protagonisti sul Monte Casto

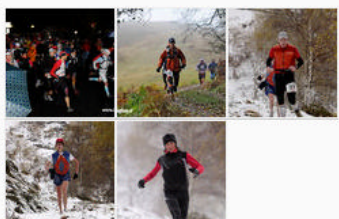
Dopo quattro edizioni con temperature miti e sole splendente, per la quinta edizione del Lafuma Trail del Monte Casto, il meteo ha reso la giornata veramente dura. Già la vigilia giove pluvio ha iniziato a farsi vivo, la nottata è stata contraddistinta da forti piogge e raffiche di vento, le temperature si sono abbassate tanto che la quota neve si è abbassata sui 1200 m.

Con queste condizioni, domenica mattina alle 6 l'organizzazione ha preso la decisione di accorciare il percorso, passando così dai 46 km previsti a 31 km, evitando a malincuore l'anello in Alta Val Sessera, vero gioiello paesaggistico. E' stata privilegiata innanzitutto la sicurezza degli atleti, che hanno comunque dovuto affrontare un bel tratto nelle nevi, con addirittura 15 cm di neve ai 1380 m del Bocchetto Sessera.

Nei giorni precedenti la gara i pronostici sulla lunga distanza si dividevano fra Enzo Mersi, che aveva stupito l'anno scorso vincendo il suo primo trail lungo e il meglio dei trailers italiani. Un parterre veramente notevole, che comprendeva Giuliano Cavallo, dominatore della stagione, i bergamaschi Matteo Ghezzi e Marco Zanchi, il veneto Loris Fanton, l'altotesino Ulrich Gross (vincitore del Tor des Geants), l'italo argentino Pablo Barnes e il piemontese Daniele Fornoni.



Trail Monte Casto (foto bellinfoto.it)

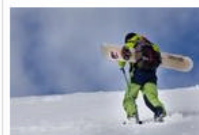


Sprigiona la LunarGlide+ 2

CORRI SENZA FRENI

AUTORE

Giancarlo Costa



Collabora dal: 8 Gen 2008

Gruppi: Nessuno

Online

Ma sin dalle prime battute il francese Alexandre Daum ha fatto capire che quest'anno era tornato a correre ad Andorno Micca per recitare un ruolo da protagonista. Il biellese Enzo Mersi lo metteva un po' in difficoltà in salita, ma nei tratti in discesa Daum volava letteralmente. All'ultimo ristoro di Selve Marcone erano solo venti i secondi fra i due contendenti e saranno gli stessi secondi che li separeranno all'arrivo. Alexandre Daum concludeva la sua battaglia con il fango e l'acqua che scorreva da ogni angolo, in 2h36'47" contro le 2h37'17" del biellese, sul terzo gradino del podio saliva l'insostituibile Daniele Fornoni (2h43'39") che precedeva campioni quali Giuliano Cavallo e Loris Fanton.

5 foto

In campo femminile l'italo argentina Virginia Oliveri si è resa protagonista di una prova tutta in rimonta, nei tratti in discesa la nazionale di trail running è stata autrice di una prova fantastica, creando un gap notevole e tagliando così il traguardo nell'ottimo tempo di 3h08'59" (27ª assoluta), davanti alla francese Corinne Favre (3h14'12"), che aveva avuto una vigilia di gara travagliata a causa di problemi di salute. In 3h16'09" chiudeva al terzo posto la bergamasca Cinzia Bertasa, protagonista della stagione trail, seguita da Francesca Canepa e Sonia Glarey.

Nella 21k sono ancora i transalpini a dettar legge, Jerome Bosch ha letteralmente dominato la prova, si è imposto in 1h37'20", lasciando a più di 7' il biellese Silvio Balzaretti, sul terzo gradino del podio altri due biellesi, Luca Finotello e Enzo Passare giunti per mano in 1h48'10".

Più serrata invece la lotta in campo femminile, dove si è imposta Marina Plavan in 2h06'11", davanti a Rosanna Matté (2h07'54") e Valeria Bruna (2h08'08").

La giornata si concludeva con una vera e propria festa di fine stagione, con pasta party e birra a fiumi come vuole il vero spirito trail!

Questa gara faceva parte del Challenge nazionale Spirito Trail, che prevedeva quattro prove (Traversata dei Colli Euganei, Lavaredo Ultra Trail e Antico Troi degli Sciamani). Dopo queste prove molto impegnative risultavano vincitori i bergamaschi Cinzia Bertasa e Marco Zanchi. (Maurizio Scilla)

Galleria fotografica completa su www.bellinfoto.it

Il monastero ritrovato: visite guidate gratuite a Castelletto Cervo

Aprire al pubblico il priorato cluniacense dei S. S. Pietro e Paolo

Dopo il successo delle "Giornate FAI di Primavera 2010", il monastero cluniacense dell'XI secolo dedicato ai Santi Pietro e Paolo di **Castelletto Cervo** riapre le porte al pubblico. L'appuntamento è per **domenica 17 ottobre**, con orario pomeridiano delle 14.30 alle 18.30. L'evento, promosso dalla Comunità Collinare "Tra Baraggia e Bramaterra", con la collaborazione dell'Associazione Turistica Pro Loco di Castelletto Cervo, è coordinato e gestito dal Dipartimento di Studi Umanistici dell'Università degli Studi del Piemonte Orientale che da tempo ha attivato un articolato progetto di ricerca sul sito. Grazie alla generosa disponibilità della ditta "MondOffice" di Castelletto Cervo, che ha contribuito concretamente alla realizzazione di quest'iniziativa, è offerta così la possibilità al visitatore di riscoprire un monumento unico nel suo genere per il territorio biellese, sia per il buono stato di conservazione delle sue strutture architettoniche peculiari,

sia per l'importanza che tale complesso ha rivestito nei secoli centrali del Medioevo, dalla sua fondazione alla fine dell'XI secolo sino al XIV. Il monastero è oggetto di indagini archeologiche dal giugno 2009 da parte dell'Università degli Studi del Piemonte Orientale "Amedeo Avogadro" di Vercelli: le recenti scoperte aggiungono un tassello importante alla conoscenza della storia medievale del territorio biellese nonché alla storia del monachesimo cluniacense in Piemonte, e saranno in parte apprezzabili durante la visita al sito, presso il quale sarà inoltre allestita la mostra **"Da Cluny a Castelletto: storia di un monastero ritrovato"**.

Il monastero si trova in frazione Chiesa a Castelletto Cervo, a ridosso dell'incrocio tra le strade Masserano-Buronzo e Cossato-Buronzo.

INFO

monastero.castelletto@gmail.com



Quinta edizione per "Lafuma Trail Monte Casto", la festa del trail per 500 atleti

Si corre nel Biellese l'ultima prova del Challenge nazionale "Spirito Trail"

Il movimento del trail running avrà un appuntamento clou **domenica 31 ottobre** in Valle Cervo e più precisamente ad Andorno Micca. Il **Lafuma Trail del Monte Casto**, organizzato dal G.S.A. Pollone, giunto alla sua quinta edizione, ha suscitato notevole interesse già negli anni precedenti e questa edizione prevede la chiusura anticipata delle iscrizioni, al raggiungimento dei 500 iscritti. Arriveranno atleti provenienti da varie regioni italiane, francesi, svizzeri, spagnoli e tedeschi; campioni come gli italo-argentini Pablo Barnes e Virginia Oliveri, Giuseppe Marazzi, Cinzia Bertasa, Nico Valsesia, i francesi Corinne Favre e Alexandre Daum e molti altri.

Il percorso è di 46 km con un dislivello di 2050m quasi interamente su sentieri e strade sterrate. Le partenze da Andorno Micca sono previste alle ore 7 (gara da 46km), alle ore 9 (gara da 21km e passeggiata non competitiva da 9 km).

Il percorso altamente spettacolare tocca alcuni angoli incantevoli del biellese, a partire dal Monte Casto, per proseguire attraversando gli alpeggi di Monduro e Carcheggio e salire al Bocchetto Sessera (1380m) per la mulattiera della transumanza con incomparabili viste sulle montagne biellesi e sulle alpi piemontesi. All'interno dell'Oasi Zegna gli atleti giun-



geranno prima al Monte Massaro, poi alla baita della Scheggiola, all'alpeggio Baraccone e, passando sul ponte a schiena d'asino, al campeggio verde.

Qui il sentiero ricomincia a salire per raggiungere la casa del Pescatore e salire, immerso nella pineta, fino al bellissimo alpeggio dell'Artignaga e tornare al Bocchetto Sessera. I trailers giungeranno poi a Pratetto, alla frazione Trabbia di Callabiana, quindi alla frazione Causso di Tavigliano, a Locato, per affrontare poi l'ultima asperità della giornata, la salita alla chiesetta degli Eremiti e infine a Selve Marcone. Da qui, un traverso nel bosco per raggiungere la località Colma e disce-

sa per ritornare al luogo di partenza.

La gara è valida come quarta e ultima prova del Challenge nazionale "Spirito Trail" che comprende anche la Traversata dei Colli Euganei, la Lavaredo Ultratrail e l'Antico Troi degli Sciamani. Sarà possibile seguire la competizione per chi fosse interessato, in diversi punti tramite spostamenti in auto.

INFO

Maurizio Scilla
Cell. 3398534127
mau@mausilla.it
www.mausilla.it



Lafuma Trail Monte Casto

Les bleus conquièrent le Piémont

LE LAFUMA TRAIL DU MONTE CASTO CLÔTURAIT LA SAISON DE TRAIL DANS LE PIÉMONT ITALIEN. APRÈS SEULEMENT 5 ÉDITIONS, CETTE ÉPREUVE, QUI EST DEVENUE UNE CLASSIQUE, A RÉUNI LE 31 OCTOBRE DERNIER, DES CONCURRENTS DES DIFFÉRENTES RÉGIONS D'ITALIE ET UNE TRENTAINE D'ATHLÈTES FRANÇAIS, PARMI LESQUELS ONT BRILLÉ ALEXANDRE DAUM, CORINNE FAVRE ET JÉRÔME BOSCH. AVEC UNE LIMITATION À 500 COUREURS, LES INSCRIPTIONS ÉTAIENT CLOSÉS UN MOIS AVANT LA COURSE...

Texte de Maurizio Scilla. Photos DR

Le parcours raccourci à 31km et 1500m de dénivelé, s'est révélé très dur à cause de la boue, des basses températures, et de la neige

Le parcours original, très ludique, devait faire découvrir la région du Biellese en permettant aux coureurs de passer par le Monte Casto et les différents alpages de Carceggio, Scheggiola, Artignaga ou encore Pratetto. Mais la météo particulièrement sévère cet automne en Piémont, a fait changer le programme aux organisateurs. La pluie continue très intense et les 15 cm de neige de la partie haute du tracé, ont contraint les organisateurs à réduire le parcours pour permettre aux trailers de courir en pleine sécurité. Malgré le manque de soleil, les couleurs d'automne donnaient une exceptionnelle luminosité aux forêts de mélèzes et de hêtres. Le parcours raccourci à 31 km et 1500 m de dénivelé, s'est révélé très dur à cause de la boue, des basses températures, et de la neige aux alentours du Bocchetto Sessera (1380 m). Malgré ces conditions difficiles et le terrain rendu très glissant, la tête du peloton avançait très vite, avec Enzo Mersi, vainqueur 2009, le français Alexandre Daum (1er sur le 30km du Courchevel Xtrail et sur le Trail Ubaye Salomon cette saison) et Daniele Fornoni, vainqueur 2008, qui dictait le rythme.

Deux français vainqueurs en Italie

Sur la ligne d'arrivée, après 31 km de bataille, seulement 20 secondes séparaient le français victorieux, du champion local. Côté féminines, la victoire est revenue à Virginia Oliveri (équipe nationale italienne de trail) qui a littéralement pris son envol sur les descentes glissantes, terrain qu'elle aime beaucoup. Elle a bouclé l'épreuve devant Corinne Favre qui avait eu une veille de course très difficile à cause de problèmes de santé. Corinne a tout de même tenu à prendre le départ et elle a honoré la course avec un superbe deuxième place, devant la skyracer Cinzia Bertasa. Sur le parcours de 21 km, les couleurs françaises ont encore brillé, avec Jérôme Bosch qui a pris les devants dès les premiers mètres. Il a fallu attendre plus de 7 minutes (1h37'20") pour voir arriver le deuxième, Valentino Osiliero, puis Luca Finotello et Enzo Passare main dans la main. Chez les féminines, la victoire revient à Marina Plavan. A noter aussi le succès du mini-trail

de 9 km auquel ont participé beaucoup de jeunes malgré la pluie incessante. Ce Trail, organisé par le GSA Pollone était la dernière épreuve du Challenge National Spirito Trail organisé par le magazine Spirito Trail, qui comprenait la Traversata dei Colli Euganei, le Lavaredo Ultra Trail et l'Antico Troi degli Sciamani. Les vainqueurs de ce challenge sont les lombards Marco Zanchi et Cinzia Bertasa.

Au Trail Monte Casto, la fête commence dès le samedi au retrait du dossard, pour se prolonger pendant la course aux différents ravitaillements et jusqu'à la pasta party finale arrosée d'une qualité et d'une quantité de bière digne d'une fête bavaroise !



RÉSULTATS	
31 km	
1 Alexandre DAUM	2h36mn47s
2 Enzo MERSI	2h37mn07s
3 Daniele FORNONI	2h43mn39s
F 1 Virginia OLIVERI	3h08mn59s
21 km	
1 Jerome BOSCH	1h37mn20s
2 Silvio BALZARETTI	1h44mn30s
3 Gianluca FINOTELLO et Enzo PASSARE	1h48mn10s
F 1 Marina PLAVAN	2h06mn11s

LES ALPES ET LES PYRÉNÉES POUR UN CHALLENGE

Le nouveau Challenge Blanc Font-Romeu-Vallée de l'Ubaye réunit deux trails sur neige entre Pyrénées et Alpes. La RomeuFontaine, les 15 et 16 janvier à Font-Romeu, dans les Pyrénées Orientales, étape d'ouverture de la National Trail Running Cup, prendra en compte le chrono des femmes sur 25km et des hommes sur 40km. Le Snow Trail Ubaye Salomon, les 12 et 13 février à Saint-Paul-sur-Ubaye, y ajoutera le temps mis à boucler le 22km. Ce jumelage concrétise la volonté des organisateurs de partager et d'associer leur passion. Cette dernière s'exprimera d'abord sur la neige puis sur les terrains estivaux, ce que peu de départements en France peuvent proposer. Les deux meilleurs dames et hommes du Challenge Blanc Font-Romeu-Vallée de l'Ubaye et un participant dame et homme tirés au sort, gagneront un accueil VIP au Kilian's Classic les 2 et 3 juillet 2011 à Font-Romeu ou au Trail Ubaye Salomon le 7 août 2011 à Barcelonnette. Choisissez entre trois distances et entrez dans la magie des sentiers blancs. A quelques heures de la Saint-Valentin, l'inscription sera gratuite pour les femmes et l'ambiance festive !

Contacts : www.traildefontromeu.com
www.snowtrailubayesalomon.com



4 ÉPREUVES ORIGINALES DE TRAIL EN NOCTURNE AU PAYS DE CHAMBORD

La 5^e édition du trail nocturne La piste des Lucioles, organisée par l'association Nature Sport Attitude, s'est déroulée au départ de Mont près Chambord. Sur un parcours varié, les coureurs ont arpenté le pays de Chambord en nocturne, en passant par les sentiers de la forêt de Boulogne, la plaine viticole sud du village, les bords de la rivière Beuvron, et les abords de la forêt de Russy. Le retour s'est effectué par l'ancienne voie ferrée, puis sur les derniers sentiers de la forêt de Boulogne.

Ce trail de 30km n'a pas été de tout repos pour la centaine de participants engagés. Si le dénivelé semble accessible à tous (157m+), les nombreux faux plats, les changements de sols, les sentiers sinueux tracés entre les arbres ont rendu la course éprouvante, et ce d'autant plus qu'elle se déroulait de nuit ! C'est le Breton Eric Masson qui s'impose une nouvelle fois en 2h0mn02s.

Ceux qui n'ont pas osé se mesurer à ce grand parcours ont pu s'essayer à la course nocturne sur un nouveau tracé de 15,7km comprenant les mêmes difficultés mais sur une distance réduite. Enfin, un circuit « découverte » de 7km, accessible à tous, permettait de découvrir l'esprit trail et la course de nuit, afin que tous les runners participent à la fête. A l'arrivée, une soupe chaude et une plante fleurie étaient offertes à l'ensemble des concurrents, alors que les nombreux lauréats étaient récompensés par de beaux trophées.

Contact : www.lapistedeslucioles.com



KILIAN JORNET, MEILLEUR TRAILER MONDIAL 2010



Après avoir triomphé sur le Grand Raid de La Réunion fin octobre, Kilian Jornet Burgada a remporté le 13 novembre à Villa La Angostura, en Argentine, la finale du Salomon K42 Adventure Marathon. Une des courses les plus importantes du continent Sud-américain, sur un parcours de 42km et un dénivelé positif de 1 661m, rassemblant plus de 1 000 participants, dont les meilleurs spécialistes d'Amérique du Sud. « La course a été disputée à un rythme très rapide et dans un cadre incomparable. Lors des reconnaissances, j'ai passé plus de temps à faire des photos qu'à courir, avoue le champion du team Salomon. Le coucher du soleil sur les Andes se

refléétant sur le lac Nahuel Huapi, était magnifique ! ». Après cette ultime victoire qui le confirme « trailer n°1 mondial », le champion va troquer pour quelques mois ses chaussures de trail pour ses skis de montagne. Vainqueur de la coupe du Monde 2009 et 2010, champion du Monde Vertical Race 2010, champion d'Europe 2009 et deux fois champion du Monde skyrunning, vainqueur de la Pierra Menta 2008 et 2010, il repart à la conquête de la coupe du Monde et de titres ou médailles aux championnats du Monde 2011 du 18 au 26 février à Claut dans les Dolomites.

SALOMON BANDOL CLASSIC : VERS UN SUCCÈS IMMINENT



Devenue un incontournable en région PACA, la Salomon Bandol Classic se courra pour la 7^e année, les 17 et 18 juin 2011. « La Rand'Ô clair de Lune » ouvrira les festivités à 20h30 le vendredi. Cette randonnée pédestre sans classement ni chrono, ouverte à 300 randonneurs, permettra de découvrir en famille et au soleil couchant les plus beaux coins et recoins de sa grande « sœur » sur 12,5 km... Le lendemain, place aux plats de résistance ! Deux rendez-vous au programme : 18h30, départ de la 7^e édition de la Salomon Bandol Classic pour 1 300 coureurs venus de France et d'ailleurs. Ses 12,5km vous permettront de déambuler en surplomb de la Grande Bleue, sur sentiers forestiers, plage et en sous-bois. Et que dire de la Salomon Bandol Classic au Clair de Lune ? Tout simplement magique... Frontale visée sur la tête, dès 22h30, 700 veinards en découvrant dans la bonne humeur sur 12km, reprenant la plus grande partie du parcours de l'épreuve de fin d'après midi. Ouverture officielle des inscriptions le mercredi 1^{er} décembre dès 21h, uniquement par internet via le site www.bandolclassic.com, au tarif de 13€ (sans surcoût de frais d'inscription), et ce jusqu'au lendemain minuit. Par la suite le coût passera de 15€ jusqu'au 15 mai 2011.

LE TRAIL À L'ITALIENNE

Dimanche 31 octobre a eu lieu la 5^e édition du Lafuma Trail du Monte Casto qui clôturait la saison de trail dans le Piémont. 500 inscrits, y compris des trailers de renom, ont contribué au succès de ce trail international. Maurizio Scilla et le GSA Pollone pouvaient être fiers du résultat obtenu. Le parcours devait traverser quelques uns des plus beaux joyaux de la région de Biella, comme le Mont Casto, les alpages de Monduro et Carcheggio, l'alpe Massaro, l'alpe Scheggiola et l'alpage de l'Artignaga, mais la météo particulièrement peu clémente n'a pas permis aux trailers de pouvoir « visiter » l'Haute Val Sessera. De la pluie intense et continue, et 15cm de neige sur la partie haute du tracé ont confirmé une réduction du parcours pour permettre aux trailers de courir en pleine sécurité, 31km (1 900m+) à couvrir à la place des 46km prévus. Le parcours s'avérait très dur à cause de la boue, des basses températures et de la neige aux alentours du Bocchetto Sessera (1 380m). Malgré ces conditions difficiles et le terrain glissant, le Français Alexandre Daum remporta l'épreuve en 2h36mn47s, devant Enzo Mersi, vainqueur 2009 à seulement 20s. Daniele Fornoni (victorieux en 2008) complète le podium. Côté féminines, la victoire est revenue à Virginia Oliveri (équipe nationale italienne de trail) qui a littéralement pris son envol sur les descentes glissantes, et a bouclé l'épreuve en 3h08mn59s devant à Corinne Favre et la skyracer Cinzia Bertasa (3h16mn09s).

Le trail Monte Casto se caractérise par un climat de fête qui débute dès le retrait des dossards le samedi,

Contact : www.mauscilla.it / www.spiritotrail.it

Résultats

31km

1. Alexandre Daum
1F. Virginia Oliveri

2h36mn47s
3h08mn59s

21km

1. Jérôme Bosch
1F. Marina Plavan

1h37mn20s
2h06mn11s



TRAIL ACTUALITÉS
CONSEILS
ENTRAÎNEMENT
RÉSULTATS
AGENDA...

>> RAID

>> CO

endurance
TRAILS
83
EN KIOSQUE

NOUVELLE FORMULE!



À CHACUN SON DÉFI

LES ACTUS TRAIL

15/11/2010

● Lafuma Trail Monte Casto- Daum et Bosch à la fête

La 5e édition du Lafuma Trail del Monte Casto qui s'est couru dimanche 31 octobre à Andorno Micca, chez nos amis transalpins de la région de Biella dans le Piémont, a connu un succès notable, avec plus de 500 athlètes inscrits.

Le parcours devait traverser quelques-uns des plus beaux joyaux de la région de Biella, comme le Mont Casto, les alpages de Monduro et Carcheggio, l'alpe Massaro, l'alpe Scheggiola et l'alpage de l'Artignaga, mais le météo particulièrement difficile n'a pas permis aux trailers de pouvoir « visiter » l'haute val Sesslera. Manqué pour cette année. Le panorama grandiose allait du Grand Paradis au Mont Viso, du Mont Rose au massif des Grigne qui domine le lac de Côme. Mais les splendides couleurs d'automne, entre hêtres, bouleaux et pinèdes ont accompagné les coureurs tout au long du tracé. De la pluie continue et très intense et 15 cm de neige sur la partie haute du tracé ont induit une réduction du parcours pour permettre aux trailers de courir en pleine sécurité, 31 km le km (1900 m d+) à couvrir au lieu de 46 km prévu.

Malgré la boue, les basses températures et la neige aux alentours du Bocchetto Sesslera (1380 m), la tête de la course a avancé à grand rythme ; la mèche était amorcée dès les premiers km chez les masculins par Enzo Mersi, vainqueur 2009 et le Français Alexandre Daum, suivi par Daniele Fornoni (victoire en 2008) et Nico Valsesia. Les premiers trois ont toujours bataillé tout le long du parcours mais le premier à passer la ligne de l'arrivée était Alexandre Daum en 2h36'47" avec seulement 20" sur Mersi.

Chez les femmes, la victoire est revenue à Virginia Oliveri (équipe nationale italienne de trail) qui après un départ vraiment prudent a littéralement pris son envol sur les descentes glissantes, concluant l'épreuve en 3h08'59" devant Corinne Favre qui malgré une veille de course très difficile due à problèmes d'estomac, a pris le départ. Les Français étaient protagonistes aussi sur le petit parcours de 21 km (900 m d+) : Jérôme Bosch n'a jamais eu des adversaires, terminant premier en 1h37'20".

31 km

- 1 DAUM Alexandre 2.36.47
- 2 MERSI Enzo 2.37.07
- 3 FORNONI Daniele 2.43.39
- 4 CAVALLO Giuliano 2.46.50
- 5 FANTON Loris 2.46.52

- 1 OLIVERI Virginia 3.08.59
- 2 FAVRE Corinne 3.14.12
- 3 BERTASA Cinzia 3.16.09
- 4 CANEPA Francesca 3.20.29
- 5 GLAREY Sonia 3.24.04

21 km

- 1 BOSCH Jerome 1.37.20
- 2 BALZARETTI Silvio 1.44.30
- 3 FINOTELLO Gianluca 1.48.10
- 3 PASSARE Enzo 1.48.10
- 5 MONTICONE Pierluigi 1.49.05

- 1 PLAVAN Marina 2.06.11
- 2 MATTE' Rosanna 2.07.54
- 3 BRUNA Valeria 2.08.08
- 4 CROUVISIER-DAUM Aurelie 2.12.18
- 5 CORTINOVIS Ilenia 2.14.33

LA SPORTIVA
innovation with passion

Raptor Lynx Crosslite

SCIENTEC
NUTRITION

transmarocaine
12-10 MAR 2011

endurance
BOOK 2011

ORGANISATEURS

INSCRIVEZ
GRATUITEMENT
VOTRE COURSE
AU BOOK 2011 !



endurance
BOOK 2011

Crédits

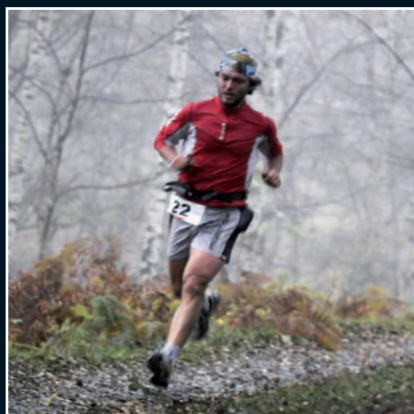
photos

Fabio Lovisetto, Francesco Bertucchi, www.bellinfoto.it

JE TRAILE À L'ITALIENNE

Ça s'est passé... au Trail du Monte Castro





Non, ne vous en faites pas, Frédéric François ne s'est pas mis au trail. Par contre, nous, nous avons franchi la frontière sud-est de notre pays pour voir quelle espèce de trailers sévissait de l'autre côté. Le moins que l'on puisse dire, c'est qu'ils sont volcaniques (surtout sur les sentiers) et qu'ils parlent avec les mains, mais par contre, ils ne gardent pas jalousement leurs belles épreuves. Bien au contraire, ils aiment les partager, notamment avec les petits Français qui font le voyage. Regardez le **TRAIL DU MONTE CASTRO** le 31 octobre : ce n'est pas une météo capricieuse et quinze centimètres de neige qui ont gâché la fête, puisque l'organisation a installé un parcours de repli, certes moins long et du coup plus vraiment ultra (31 km et 1 900 m D+ au lieu de 46 km), mais hyper plaisant quand même. Soit, il était difficile de distinguer les magnifiques couleurs de l'automne des hêtres, bouleaux et autres pins au travers du rideau de pluie, qui tombait particulièrement drue. D'accord, il fallait faire rudement attention où l'on posait les pieds pour ne pas glisser et se retrouver les quatre fers en l'air, allongé dans une boue des plus humides. Et puis ok, il n'y avait pas intérêt à oublier sa veste et ses gants avant de partir, vu qu'il pinçait quand même un peu. Mais ce ne sont pas ces ridicules aléas qui ont gâché la fête, fête à l'italienne bien sûr, qui débute dès le retrait des dossards le samedi avec fromage des alpages et bière locale, pour se prolonger sur les ravitaillements du parcours, et se terminer bien après l'arrivée, lors de la pasta-party finale (eh oui, en Italie, on pasta-partise aussi après la course) où la quantité de bière ingurgitée est digne d'une « OktoberFest » ! Vous ne savez pas ce qu'est une OktoberFest ? Pas la peine d'aller en Allemagne, filez plutôt en Italie sur le prochain trail où il reste de la place. Vous comprendrez, et alors vous aussi, vous trailerez à l'italienne !

Maurizio Scilla