

Milano21 Half Marathon

Scritto da Riccardo Dusci

Lunedì 26 Novembre 2018 10:34 - Ultimo aggiornamento Lunedì 26 Novembre 2018 10:35

A RIECCOMI.

Dopo parecchio tempo, stimolato dall'amico Fabio, torno a scrivere 4 righe.

Mentre buona parte del gruppo 2002MC e POLIS COLORINA affrontava le piramidi di Postalesio, con un 2° posto di Luca Raschetti e un 7° posto di Stefano Pizzini, e la Maratona di Firenze, il sottoscritto con Laura, Giuliano, Ale e Fabio si è spostato verso Milano, per correre la seconda edizione della MILANO21, mezzamaratona con partenza ed arrivo nella splendida CITY LIFE.

Presente anche Arianna, la quale ha però disertato il successivo fantastico pranzo a base di Cazzola, Trippa, Bollito, Cotechini, Mortadella, Quaglie e vino come piovessa (roba leggerina).

Tutti i ragazzi corrono la 10K e si comporteranno benissimo

In griglia di partenza trovo il "giovane" Mario Buzzella, SANTI N.O., con il quale prepariamo la strategia di gara.

Partenza tranquilla, con passaggio ai 10K in 37'30" circa, poi, quello che viene, viene.

La giornata è ideale per correre, senza sole, con 10 °C e senza vento.

Si parte e prendiamo subito una giusta andatura, sempre leggermente sotto i 3'45"/km.

Passaggio ai 10K leggermente veloce in 37'14" al mio GPS ma perfetto al cartello chilometrico 37'25".

Milano21 Half Marathon

Scritto da Riccardo Dusci

Lunedì 26 Novembre 2018 10:34 - Ultimo aggiornamento Lunedì 26 Novembre 2018 10:35

Soffro parecchio i due km di lastricato del centro Milano, tra Via Manzoni, Piazza della Scala ed il Duomo ma una volta usciti da San Babila e tornati su Corso Venezia inizio a correre con belle sensazioni,.

Siamo al 13° km e fino al 17° vado che è uno spettacolo.

Le gambe si sono fatte dure dal 17° al 19° ma a quel punto non potevo mollare.

E non ho mollato un cazzo.

Al 20° ho visto sul mio GPS 1h14'50" e ho capito che si chiudeva con un grande tempo.

Ho comunicato all'amico Mario, che ha corso tutta la gara al mio fianco, che avremo chiuso il 1h19' basso, e così è stato.

A 100 mt. dall'arrivo ho ancora la lucidità di vedere i ragazzi che mi incitano e mi deridono per il mio goffo stile di corsa (goffo e a "crapa bassa" da fresco, figuriamoci dopo 21K di corsa).

Chiudo con grande soddisfazione le mie fatiche in 1h19'15".

Bella gara, ben organizzata sotto tutti i punti di vista, con l'azzeccatissimo quartier generale di CITY LIFE.

ED ORA PENSIAMO ALL'INVERNO.

Milano21 Half Marathon

Scritto da Riccardo Dusci

Lunedì 26 Novembre 2018 10:34 - Ultimo aggiornamento Lunedì 26 Novembre 2018 10:35

Vi aspettiamo tutti a Colorina, il 10 Febbraio, dove si correrà la 2^a edizione del CROSS DI COLORINA, alla quale la FIDAL ha assegnato il Campionato Regionale Master di Società.

Serve che tutto il 2002MC partecipi, per dimostrare la forza dei nostri “non più giovani” atleti.

Riccardo