

Perche è bello correre a Bagheria e dintorni?

Scritto da GERRY LO CICERO

Domenica 06 Febbraio 2011 17:18 - Ultimo aggiornamento Domenica 06 Febbraio 2011 17:23

Racconta la tua storia

Perche è bello correre a Bagheria e dintorni?



I motivi son tanti per parlare del piacere e della bellezza che si provano nel correre e allenarsi sulle strade di Bagheria e zone immediatamente ad essa limitrofe!
Per la bellezza degli scenari che alcune strade in certi angoli sanno regalarci, vedi per esempio la litoranea di Mongerbino che si snoda tortuosa con bellissimi saliscendi (ottimo percorso collinare) tra mare placido o tempestoso, scogliera di roccia calcarea assai tormentata e la pareti verticali di Monte Catalfano che sembrano voler fare da guardia a tale scenario! Ma la litoranea di Mongerbino è solo uno dei tanti esempi che si possono fare, perché Bagheria è davvero piena di bellissimi percorsi dove poter correre e di ogni tipologia; vuoi fare solo

Perche è bello correre a Bagheria e dintorni?

Scritto da GERRY LO CICERO

Domenica 06 Febbraio 2011 17:18 - Ultimo aggiornamento Domenica 06 Febbraio 2011 17:23

pianura? Vuoi fare corsa collinare ricco di saliscendi? Devi fare solo salita, ripida, meno ripida o parecchio ripida? Vuoi correre in percorsi di solitudine con poche macchine e persone? O preferisci allenarti tra la gente e la vita quotidiana di una cittadina? Beh...non hai che da scegliere, perch' qui a Bagheria c'è davvero l'imbarazzo della scelta!

E' bello correre qui anche perche, mentre corri chiuso nei tuoi pensieri del momento o concentrato sulle tue sensazioni fisiche che l'allenamento ti sta dando, improvvisamente da lontano scorgi un altro podista che viene in direzione opposta alla tua! Finche ♦ lontano, ti accorgi solo che sta correndo, forse come te! Poi, man mano la distanza tra voi due diminuisce, ti accorgi che è un podista che sa correre molto bene; poi, quando ti sei ancora avvicinato un po' di più a lui, ti rendi conto che sta correndo davvero forte come ritmo, parecchio veloce, e ti vien da chiederti "ma come accidenti fa questo a correre così forte e bene facendo il mio stesso giro collinare ma in senso contrario che è ancora più impegnativo?" ! quando, finalmente gli passi accanto, quasi non fai neppure in tempo a dargli un cenno di saluto perche va troppo veloce e hai visto chi è quasi per miracolo! e resti quasi attonito pensando "cazzo, anche lui si allena qui? Ma allora è proprio vero, che qui a Bagheria si allenano i professionisti e gente che va davvero forte e che della corsa sa esattamente cosa significa ogni dettaglio" !

Oggi, intorno alle 9,30 del mattino, mi sono allenato facendo il collinare di mongerbino! È ho avuto il piacere di incrociare la corsa di Stefano Scaini! E subito dopo dietro di lui, in macchina c'erano Tommaso Ticali con Anna Incerti che molto probabilmente gli prendevano i riferimenti dei tempi! Già, era Anna Incerti, la nostra campionessa che è appena tornata dal Giappone dopo aver conquistato un meritatissimo e ottimo quarto posto alla maratona di Osaka, ottenendo anche il suo personal best!

Ma di Anna Incerti sapevo già che ama allenarsi spesso su questi percorsi bagheresi, avendola già in passato incontrata altre volte, ma che anche suo marito Stefano Scaini si allenasse qui non lo sapevo!

Ma la cosa veramente forte sapete qual è stata? Questa: che lui stava facendo il mio stesso giro ma in senso contrario, come già detto più impegnativo come dislivello in salita, la prima volta che l'ho incrociato io ero quasi all'inizio del mio giro, poi mentre io ero ancora arrivato a poco più del primo quarto di giro, rieccolo spuntare per la seconda volta! Praticamente nel tempo che io avevo percorso circa un quarto del giro di mongerbino, lui ne aveva già percorsi tre quarti!

E pensate che, questo di stamattina per me è stato uno dei giri di mongerbino più veloci che mi sia riuscito a fare fin ad oggi!!!!

Venite a correre tutti ogni tanto a Bagheria e dintorni, credetemi, qui è davvero bello correre perche i motivi per farlo son tanti e potete scoprirli sulle vostre proprie gambe!

Gerri