

Condividi Segnala una violazione Blog successivo»

## runalbert

"Che ti move, o omo, ad abbandonare le proprie tue città, a lasciare li parenti e amici, ed andare in lochi campestri per monti e valli, se non la naturale bellezza del mondo?..." Leonardo Da Vinci

DOMENICA 18 MARZO 2012

### Ultrabericus...

...ovvero 65km immersi nella natura dei Colli Berici, sì, quelle colline che si vedono dalla A4 passando per Vicenza in direzione Venezia e che difficilmente fanno immaginare quanta natura, paesaggi e possibilità di escursioni possano offrire. La Ultrabericus (UBT) è un trail veramente bello e impegnativo, troppo corribile per i miei gusti, io preferisco salite e discese lunghe ai single tracks e alle forestali semi-pianeggianti.



Nonostante tutto la gara è andata più che bene, era per me il primo lungo in preparazione della LUT, avevo previsto di impiegare una decina di ore e invece ho chiuso in 8 ore e un quarto circa. Sono partito senza mappa, senza GPS per godermi la giornata in tranquillità e la tattica ha funzionato. Non ho cercato di tenere il ritmo di tanti che sono partiti sparati, ma ho gestito le gambe fino al 30°km e la testa da lì in avanti, dato che ho continuato ad avere minacciosi segnali di crampi pronti a partire. L'organizzazione è stata praticamente perfetta sotto tutti i punti di vista, erano

previsti ristori ogni 10km circa forniti di tutto quello che serviva, compresa la birra che non ho osato bere durante il percorso ma che è stata uno spettacolo appena tagliato il traguardo. Meteo ok, anche troppo caldo per la stagione; la siccità delle ultime settimane ha regalato un percorso praticamente sempre asciutto. Tornando al percorso mi ha ricordato molto quello della TCE (a pochi km di distanza), addirittura forse anche più "nervoso".

Che dire di altro, una gara che consiglio vivamente, fa conoscere scorci d'Italia che non ti immagini, è molto "trail" e si corre in totale tranquillità perché balisata alla perfezione e controllata in tutti i punti dove si incrocia il pochissimo asfalto. Qualche nota tecnica (personale): ho corso con il solo materiale obbligatorio (zaino Olmo5 con telo termico, frontale, giacca) due borracce da 0,5 una con acqua e l'altra con coca+sali, ho mangiato a ogni ristoro crostata+pane secco+arance+banane e ho definitivamente promosso le Cascadia, usate due sole volte una per un allenamento di 30km 2500D+ e una alla Ultrabericus, comode e piedi perfetti. Un unico rimpianto per il materiale: non ho messo i Booster e i polpacci la sera erano in fiamme... Forse non sono solo una moda... Per finire, è bello quando lungo il percorso a farti il tifo, dove non te lo aspetti ti trovi moglie, bambina e suoceri :-)))

Alla prossima!

Pubblicato da [albert](#) a 20:43

Consiglia questo indirizzo su Google

IO NON GETTO I MIEI RIFIUTI



anche io aderisco alla campagna di spiritotrail

BADGE DI FACEBOOK

[Alberto Fondriest](#)

facebook



Eventi:  
6 maggio: Vigolana  
Camina e Magna  
2012

[Crea il tuo badge](#)

METEO