

7 Medirun e 1/2 a Cremona

Inviato da Alessandro Efrem Massironi
domenica 15 dicembre 2013
Ultimo aggiornamento mercoledì 18 dicembre 2013

Domenica 20 ottobre 2013, giornata insolitamente calda per gli habituè della mezzamaratona di Cremona, giunta ormai alla dodicesima edizione, che come il buon vino più invecchia più migliora. Infatti l'organizzazione a Cremona è un esempio di efficienza, cordialità, logistica impeccabile, opulenza del ristoro finale.

Insomma un appuntamento da non perdere.

Sette gli atleti presenti della Medirun Cus Bergamo: Appiani A., Basili, Corbetta, Corna, Massironi, Rota A. e Tomaselli (scortata dal fratello...futuribile Medirun). Tutti con l'obbiettivo di migliorare il tempo della mezza di Bergamo.

Seguendo il suggerimento di Alex il riscaldamento viene eseguito lontano dal clamore della piazza del duomo con lo scopo di intrufolarsi nelle prime file poco prima dello sparo.

Come nel gioco del Monopoli anche nel nobile gioco della corsa può capitare di pescare la carta degli IMPREVISTI.

Il passaggio è bloccato e sorvegliato dall'esercito che consente l'ingresso al primo settore solo ai top runners, riconoscibili grazie ad uno stradivari rosa applicato al pettorale.

Dinanzi all'ALT intimato dall'uomo in divisa il commissario Basil obbedisce per senso del dovere e di appartenenza all'arma, quindi fa il giro dell'isolato ritrovandosi relegato in fondo alla marea dei partenti.

Invece Carlo (Lupin III), Alex (Jigen) e Alfio (Goemon) attendono il cambio della guardia e si intrufolano lesti nel settore proibito.

Pronti...Via...Fabio e Basili, che nel frattempo si erano fatti largo tra la folla alternando strusciate, passo del giaguaro e gomiti larghi, raggiungono in breve i fuggitivi.

Maurizio Basili in vista della maratona di Torino di novembre chiude con un ottimo crono 1h 22' 25".

Ivan, Antonio e Alex migliorano le rispettive prestazioni di tre settimane prima alla mezza di Bergamo.

Al contrario Viviana, Carlo e Fabio faticano e rimandano la sfida con il best time alla mezza successiva.

Alfio, all'ottava mezzamaratona del 2013, ripete la prestazione di Bergamo, preciso come un orologio svizzero.

L'insegnamento di oggi è.....Non basta un tracciato piatto per andar veloce, servono le ripetute in pista!!!!

Domenica 20 ottobre 2013, giornata insolitamente calda per gli habituè della mezzamaratona di Cremona, giunta ormai alla dodicesima edizione, che come il buon vino più invecchia più migliora. Infatti l'organizzazione a Cremona è un esempio di efficienza, cordialità, logistica impeccabile, opulenza del ristoro finale.

Insomma un appuntamento da non perdere.

Sette gli atleti presenti della Medirun Cus Bergamo: Appiani A., Basili, Corbetta, Corna, Massironi, Rota A. e Tomaselli (scortata dal fratello...futuribile Medirun). Tutti con l'obbiettivo di migliorare il tempo della mezza di Bergamo.

Seguendo il suggerimento di Alex il riscaldamento viene eseguito lontano dal clamore della piazza del duomo con lo scopo di intrufolarsi nelle prime file poco prima dello sparo.

Come nel gioco del Monopoli anche nel nobile gioco della corsa può capitare di pescare la carta degli IMPREVISTI.

Il passaggio è bloccato e sorvegliato dall'esercito che consente l'ingresso al primo settore solo ai top runners, riconoscibili grazie ad uno stradivari rosa applicato al pettorale.

Dinanzi all'ALT intimato dall'uomo in divisa il commissario Basil obbedisce per senso del dovere e di appartenenza all'arma, quindi fa il giro dell'isolato ritrovandosi relegato in fondo alla marea dei partenti.

Invece Carlo (Lupin III), Alex (Jigen) e Alfio (Goemon) attendono il cambio della guardia e si intrufolano lesti nel settore proibito. Pronti...Via...Fabio e Basili, che nel frattempo si erano fatti largo tra la folla alternando strusciate, passo del giaguaro e gomiti larghi, raggiungono in breve i fuggitivi.

Maurizio Basili in vista della maratona di Torino di novembre chiude con un ottimo crono 1h 22' 25".

Ivan, Antonio e Alex migliorano le rispettive prestazioni di tre settimane prima alla mezza di Bergamo.

Al contrario Viviana, Carlo e Fabio faticano e rimandano la sfida con il best time alla mezza successiva.

Alfio, all'ottava mezzamaratona del 2013, ripete la prestazione di Bergamo, preciso come un orologio svizzero.

L'insegnamento di oggi è.....Non basta un tracciato piatto per andar veloce, servono le ripetute in pista!!!!