

Il mio miglior cinquemila

Inviato da Luis Huanca

lunedì 24 febbraio 2014

Ultimo aggiornamento mercoledì 09 aprile 2014

Da quando ho messo da parte velleità agonistiche, ho eletto la corsa a sana e fedele (più di quanto io lo sia nei suoi confronti) compagna di vita e di viaggi.

Appassionato di viaggi, sull'aereo appena ne ho l'occasione, ho fatto del correre un modo privilegiato di esplorare i luoghi che visito. Magari mentre i miei compagni di viaggio se la dormono fino a tardi, o per riempire la noia del jet lag, o più semplicemente per gustarsi la brezza del mattino, non c'è viaggio dove non mi sia portato un paio di fedeli scarpette e qualche semplice indumento per onorare la mia passione.

Tra i miei allenamenti/esplorazioni più belli ricordo: la costiera tra San Diego e La Jolla, piena di surfisti e ville da favola; il mitico Central Park di New York; le montagne della Nuova Zelanda, con pascoli gravidi di ovini e bovini che mi lasciavano il passo; la marina di Sidney, tra edifici resi famosi dalle olimpiadi; il lungo lago di Chicago, con allenamento in parallelo ai marines e non da ultimo il Golden Gate di San Francisco. Correre per le città fa mettere da parte l'abito del turista e ti fa ambientare con immediatezza nei panni di chi la città la vive davvero. Oltre a moltiplicare le occasioni per scoprire angoli che al turista tradizionale sfuggirebbero.

Nel mio ultimo viaggio in Nepal ho scoperto che questo non vale solo in città, ma anche quando si è immersi nella purezza della natura. Alle prese con un trekking semplice, obiettivo un cinquemila - con Alex che si chiedeva se c'era bisogno di andare fino in Nepal per correrne uno avendo confuso delle mie parole l'asse orizzontale con l'asse verticale =) - ho avuto modo di correre la più bella corsa della mia vita.

Il giorno di Natale era previsto un giorno di riposo e acclimatamento: da 3500 a 3800 slm, poche ore di cammino per prepararsi all'assalto allo Tsergo Ri, il 5000 slm del giorno dopo culmine del trekking della valle del Langtang, a 60 km a nord di Katmandhu. I trekking in Nepal sono una...

Da quando ho messo da parte velleità agonistiche, ho eletto la corsa a sana e fedele (più di quanto io lo sia nei suoi confronti) compagna di vita e di viaggi.

Appassionato di viaggi, sull'aereo appena ne ho l'occasione, ho fatto del correre un modo

privilegiato di esplorare i luoghi che visito. Magari mentre i miei compagni di viaggio se la dormono fino a tardi, o per riempire la noia del jet lag, o più semplicemente per gustarsi la brezza del mattino, non c'è viaggio dove non mi sia portato un paio di fedeli scarpette e qualche semplice indumento per onorare la mia passione.

Tra i miei

allenamenti/esplorazioni più belli ricordo: la costiera tra San Diego e La Jolla, piena di surfisti e ville da favola; il mitico Central Park di New York; le montagne della Nuova Zelanda, con pascoli gravidi di ovini e bovini che mi lasciavano il passo; la marina di Sidney, tra edifici resi famosi dalle olimpiadi; il lungo lago di Chicago, con allenamento in parallelo ai marines e non da ultimo il Golden Gate di San Francisco. Correre per le città fa mettere da parte l'abito del turista e ti fa ambientare con immediatezza nei panni di chi la città la vive davvero. Oltre a moltiplicare le occasioni per scoprire angoli che al turista tradizionale sfuggirebbero.

Nel mio ultimo viaggio in

Nepal ho scoperto che questo non vale solo in città, ma anche quando si è immersi nella purezza della natura. Alle prese con un trekking semplice, obiettivo un cinquemila - con Alex che si chiedeva se c'era bisogno di andare fino in Nepal per correrne uno avendo confuso delle mie parole l'asse orizzontale con l'asse verticale =) - ho avuto modo di correre la più bella corsa della mia vita.

Il giorno di Natale era

previsto un giorno di riposo e acclimatamento: da 3500 a 3800 slm, poche ore di cammino per prepararsi all'assalto allo Tsergo Ri, il 5000 slm del giorno dopo culmine del trekking della valle del Langtang, a 60 km a nord di Katmandhu. I trekking in Nepal sono una passeggiata a confronto anche solo del giro delle orobie. Ci sono rifugi dove ristorarsi con un the, mangiare e si è stanchi dormire ogni mezzora, massimo un'ora di cammino. Forse anche per questo con un paio di compagni di viaggio abbiamo deciso che l'acclimatamento era noioso e ci siamo inerpicati su per una cima di 4700 slm, il Kynajin Ri che svetta sopra il villaggio di Kyanjin Gompa, ultimo villaggio della valle. In Nepal ogni vetta è una scoperta, con altari e bandiere di preghiera (quelle tutte colorate buddiste/tibetane) a proteggere la vetta. Quando il resto del gruppo decide di ripiegare verso il rifugio io penso che sia troppo presto per non godermi la magnificenza dei ghiacciai ai piedi dei 7mila che mi circondano e identifico un sentiero che fa il periplo delle creste, declinando dolce fino a 4500 slm. Detto fatto, complice una respirazione mai affannata, mi trovo a celebrare il natale correndo qualche kilometro a 4500 slm, da un lato un baratro, dall'altro una dolce salita e intorno uno degli spettacoli più belli che la natura possa offrire.

La corsa termina su un

picco innominato, dove il vento ha avuto la meglio sulle bandiere di preghiera. Per celebrare l'arrivo della mia corsa e onorare chi a suo tempo si è caricato sulle spalle pali e preghiere, ripristino il totem, rinforzo la base e mi assicuro che regga al soffio impetuoso del vento. Un ultimo sguardo alle neve illuminata dai raggi del sole che comincia a declinare e posso finalmente tagliare il traguardo del mio "miglior cinquemila".