



25 ottobre 2008

# Gran Trail Rensen

## Il "piccolo Mercantour" ligure

photo @ claudio zannini



IL GRAN TRAIL RENSEN È UNA CORSA PODISTICA IN MONTAGNA CHE SI SVOLGE LUNGO I SENTIERI CHE COLLEGANO LA COSTA AL PARCO REGIONALE DEL BEIGUA E CONDUCONO ALL'ALTA VIA DEI MONTI LIGURI DOVE, CON IL BEL TEMPO, LO SGUARDO SPAZIA DALLA CORSICA ALLE CATENE ALPINE. I PERCORSI SONO DUE: UNO DI 70 KM, CON UN DISLIVELLO POSITIVO DI 4.000 METRI, E UNO DI 35 KM E 1.600, CON PARTENZA E ARRIVO AD ARENZANO (GE). LA PRIMA EDIZIONE SI È TENUTA SABATO 25 OTTOBRE 2008 QUANDO,

GIÀ ALLE 4 DEL MATTINO, BEN 140 ATLETI MUNITI DI LAMPADA FRONTALE AFFOLLAVANO LA PARTENZA NEL CENTRO CITTADINO, DESTANDO MOMENTI DI GRANDE EMOZIONE IN QUANTI HANNO VOLUTO SACRIFICARE QUALCHE ORA DI SONNO PUR DI PRENDERE PARTE, SEPPUR DA SEMPLICI SPETTATORI, A QUESTO "NUOVO CLASSICO" APPUNTAMENTO DELL'ESTREMO. UN GRUPPO ALTRETTANTO NUMEROSO HA POI REPLICATO LA PARTENZA ALLE 8, PER PERCORRERE IL TRACCIATO PIÙ BREVE.

### Vox Forum

*I commenti dei partecipanti dal forum di [www.spiritotrail.it](http://www.spiritotrail.it)*

**Elio Piccoli:** bella corsa, molto dura per il fondo roccioso e molto ripido sia in discesa sia in salita. È un trail veramente importante da tutti i punti di vista e sono sicuro che avrà un bel seguito, specialmente fra gli "estremi" che cercano impegno e tecnica.

**Giovanni Mastropaolo:** è un trail duro, qualcuno l'ha paragonato al Mercantour, anche se più corto. Comunque non è per me, le discese sono troppo tecniche e i miei legamenti sono troppo vecchi per sopportare queste gare! Un plauso agli organizzatori: bei posti da togliere il fiato,

bella accoglienza e bella la partenza nel centro del paese, con tanta gente che è venuta a guardare. Ha funzionato tutto a dovere.

**Lorenza Visintin:** gara molto impegnativa sotto il profilo psicologico. Con la mia proverbiale inattitudine alle discese tecniche il livello di attenzione impiegato mi ha prosciugato le energie. Comunque bella gara. Il tratto della partenza sul lungomare, galleria dopo galleria con il lento rumore del mare è stato magico. Il vento, a volte fortissimo, ci ha accompagnato per buona parte del percorso.

**Roberto Ciccotelli:** il Rensen è un trail davvero splendido, con panorami da togliere il fiato. Il percorso è durissimo e non ti regala assolutamente nulla, è un continuo salire e scendere su fondo sassoso con un finale assassino (gli ultimi 10 km sono una sorpresina). A rendere questa esperienza ancora più bella è stata la simpatia e la cordialità di tutti i volontari, splendidi davvero: anche di notte, sotto la pioggia, loro erano lì ad incoraggiare e sorridere. Ottima anche la scelta dei soli due ristoranti "solidi": la pizza con le cipolle al 60° km rimarrà una chicca negli annali del Trail.

**Michele Mombelli:** salite e discese impegnative, da fare sempre con la massima attenzione. In questo trail ho veramente avuto la sensazione della solitudine, soprattutto nella seconda parte di gara dove i punti di controllo e i ristori erano piuttosto lontani. Sono stati momenti di solitudine e di pieno rapporto a due fra me e la montagna, una cosa indimenticabile ed unica.

**Alberto Rovera:** magnifico percorso, molto tecnico in alcuni tratti, panorama spettacolare ed entusiasmante la partenza in riva al mare. Per me che vengo da zone montuose l'emozione di quei primi 3 km è stata grande, il mare e quelle gallerie sono

state una cornice davvero speciale.

**Enrico Pollini:** duro, tecnico e poco *roulant*, affascinante, molto francese e molto *montagnard*, a pieno titolo un "piccolo Mercantour", bello anche con il tempo incerto e il mare che appare a chiazze di luce dorata, sicuramente spettacolare e ancora più faticoso con una giornata limpida. ▼

**Classifica maschile 70 km**

Pablo Barnes  
Alessandro Montani  
Marco Olmo

**Classifica femminile 70 km**

Virginia Olivieri  
Patrizia Pensa  
Sabrina Decia

**Classifica maschile 35 km**

Paolo Bert - Fabio Scipioni  
(ex aequo)  
Lorenzo Trincheri - Valentino Grossi  
(ex aequo)  
Matteo Ghezzi

**Classifica femminile 35 km**

Giuliana Arrigoni  
Marina Fiorito  
Francesca Gualco

