

GranTrail Valdigne 2011: è solo l' aperitivo di quello che ci aspetta a settembre nel "Tor De Geants"



Il Gran Trail Valdigne 2011 è transitato lungo lo stesso itinerario del 2010, ma in senso contrario e con l'aggiunta di 13 km nel tratto compreso tra l'abitato di La Thuile e il Colle Croce. La distanza complessiva è arrivata quindi a 100 km con 5300 m+ rispetto agli 87 dell'anno precedente.

Per i "tre moschettieri" dell'Atletica Castelnuovo è stato un banco di prova non indifferente nell'attesa ormai prossima del Tor De Geants (per saperne di più visitate il sito www.tordesgeants.it/tdg/index.php).

Per Gabriella purtroppo la gara si è interrotta al 45° km causa un dolore al ginocchio che in confronto al dolore dell'abbandono non era nulla, mentre la cavalcata di Pierfrancesco e Marco si è conclusa nel migliore dei modi: per Fiocchi con il tempo di 15h 55' (29° assoluto) e per Regnani 16h 30' (35° assoluto) su un totale di 335 partenti.

Anche Malagoli ha accompagnato i tre atleti in Valle d'Aosta sia per seguire da vicino le fasi della gara sia per un suo allenamento particolare in quota in previsione del km VERTICALE di Alba di Canazei del 21 agosto.



Ora, lasciati passare alcuni giorni per il recupero fisiologico del nostro corpo, ci limiteremo a degli allenamenti sul nostro Appennino fino alla fine di agosto dove parteciperemo alla Maddalena sky-marathon ultimo lungo primo dello "scarico".

Un saluto da Pierfrancesco, Marco, Gabriella e "il ragazzino"