

La Gazzetta del Turbike

www.turbike.it

Tutto il giallo della vita

19 Aprile 2011

Anno 2- Numero VI

49 presenze: in 23 provano la Due Giorni, in 7 alla GF Bettini

Ancora onore in **Toscana**

Turbilonga sulle strade di Tolfa. Ovunque voglia di Turbike

GF Bettini

Una bellissima giornata di sole ci attende per la 14° edizione della Gran Fondo Paolo Bettini a Pomarance. Non siamo moltissimi, come due anni fa ma lo splendido Relais Guado al Sole ci accoglie anche in questa vigilia di gara. Una cena ottima e abbondante ci rende tutti di ottimo umore: Antipasto toscano, risotto agli asparagi, tagliata su letto di costole di bieta, il tutto annaffiato da ottimo morellino di scansano. Per chiudere, poi, torta al cioccolato e canucci con il vin santo!

L'aria buona, il cibo sopraffino e comodi letti rendono piacevole il riposo notturno. Non prevediamo alzatacce perchè la partenza è prevista alle 10, con comodo dunque.

Rientri eccellenti sono attesi in questa Gran Fondo: Dario Stella, dopo l'infortunio di oltre un anno fa e Marco Petella, che ha ritrovato gambe e buon umore dopo l'ultimo test a Orvinio. La graziosa presenza di Maura Santarelli ingentilisce la nostra pattuglia maschile, composta anche da "Bronzino" Bruno De Angelis, "Centurione" Marco Valerio Faggiani, "Time" Romano Della Sala e "Belzebù" come con "tristo epiteto" ormai "son nomato".

Bella come sempre l'atmosfera in griglia a Pomarance. Ormai siamo quasi veterani di questo appuntamento e volentieri diamo dritte sul percorso a chi chiede. Preoccupa il "muro" di Cerreto ma noi rassicuriamo, in fondo, sia pure al 20%, si tratta solo di uno strappo. Dopo l'Inno di Mameli, la partenza e i saluti degli organizzatori che annunciano il passaggio "delle maglie gialle degli amici del Turbike di Roma, sempre presenti".

Due Giorni in Sabina 2011

La prova del percorso

A pagina 2



I magnifici 7 che hanno partecipato alla GF Bettini—Da sinistra: Marco V. Faggiani, Danilo Leonardi, Marco Petella (dietro a...), Romano Della Sala (davanti), Bruno De Angelis, Dario Stella e Maura Santarelli.

Non vinceremo mai una gran fondo ma la nostra "buona fama" in Toscana ce la siamo guadagnata!

Salutiamo Bruno, Dario e Maura, che affronteranno il medio di 100 km e insieme a Marco, Romano e Valerio ci avviamo per il lungo di 150 km.

Lungo il viaggio da Roma a Pomarance, il buon Petella mi ha catechizzato: niente partenza lampo altrimenti il mio motore "diesel" non ha modo di scaldarsi.. Dato che ho preso un impegno, intendo rispettarlo. Ben presto il gruppo dei migliori prende dunque il largo. Noi arriviamo comunque compatti all'inizio della salita di Serrazzano. Ottimo il ritmo di Della Sala, Faggiani marcia a pieno regime, Petella che macina la strada di potenza, poco prima del bivio per Monteverdi accusa un guasto meccanico: una maglia della catena si inchioda e poi cede. Noi tre, avanti di 2-300 metri non ci rendiamo conto di quanto accade e nonostante rallentiamo per consentirgli di rientrare, alla

fine, per non perdere il gruppo e affrontare il tratto esposto al vento da soli, decidiamo di andare. Marco, grazie all'intervento dei meccanici dell'organizzazione, riuscirà a ripartire e concluderà il percorso medio. Restiamo dunque in tre. Pensiamo anche che il gruppo nel quale ci siamo infilati ci aiuti in qualche modo a tenere una buona andatura. In realtà, ci troviamo spesso in testa, a tirare, senza grande collaborazione. Lo strappo di Cerreto produce poi una selezione feroce: mancano pochi chilometri alla fine del percorso medio ma gran parte del gruppo ha già finito la benzina. In cima alla salita mi volto e tranne Romano e Valerio, appena un po' più indietro, non vedo più nessuno! Intorno alle 13.10 facciamo il primo passaggio a Pomarance e iniziamo gli ultimi 50 km. Il garmin segnala che ci sono ancora 900 mt di dislivello da affrontare. Sappiamo dunque che ci sarà da faticare. Attraversato

Continua a pag. 4

Tolfa

Dopo tre stagioni vissute al riparo da schermaglie di bassa lega, vissute in passato, ahimé!, con l'indimenticato Pacini per il gradino più alto del 2005, sono tornato a far visita al Turbike (un "gioco" che mi ha reso felice per molto tempo).

Ebbene, osservare per l'ennesima volta facce scure e deluse(?) in cima a quella meravigliosa strada della Tolfa, che dovrebbe riunirci tutti insieme davanti a un buon panino al prosciutto, mi ha fatto rimanere di princisbecco!

Era o no una Turbilonga, senza obiettivi di classifica?!

Passano gli anni e pure diventiamo più puerili, dimentichi di aver già oltrepassato quella linea d'ombra che, ormai da tempo, ci ha fatto abbandonare le regioni della prima gioventù.

E' chiaro che la mattina infiliamo il nostro cavallo rotante in macchina, per tirarlo fuori e dare libero sfogo alle nostre frustrazioni di uomini in lotta con il proprio destino, incapaci di affrontarlo come si presenta, per trovare più equilibrio e sollievo.

Ce la prendevamo con chi si intestardiva di più sull'Aurelia, con chi riusciva a levitare di più sulle rampe della Tolfa, senza ricordare le parole del Maestro: "...non ragioniam di lor, ma guarda e passa".

E, datemi retta, fate a meno di quegli sciropi impacchettati che allappano il palato: un buon panino in piazza è il giusto premio del ciclista arrivato in cima!

Au revoir les enfants!

Maurizio Ruggeri F.

Apportate correzioni

Classifiche aggiornate

A pagina 3 e 4

23 turbikers partecipano alla prova del percorso 2011 della Due Giorni

Una bella giornata di sport e... di amicizia

Aprile, mese ciclisticamente denso di impegni per i Turbikers, così come lo saranno i mesi a venire.

Il terzo week end prevede tre diversi appuntamenti, una Turbilonga a Tolfa, una a Rieti e domenica la gran fondo Bettini in quel di Pomarance. Insomma appuntamenti per tutti i gusti.

Un bel gruppo di Turbikers si dà quindi appuntamento a Fonte Cottorella (Rieti) per testare il percorso della due giorni, la nostra gran fondo. Di seguito il racconto della giornata reatina, una bella giornata di sport, amicizia ed allegria.

Appuntamento alle 8.30 alle fonti, che saranno anche sede di partenza della due giorni. Siamo in molti, certamente più di sessanta ciclisti. Infatti si aggregano a noi parecchi ciclisti reatini, in particolare gli amici del gruppo D'Angeli capitanati dall'amico Stefano Lenti.

Arrivano le auto, i ciclisti e vengo immediatamente catturato dalle sensazioni, emozioni che provo tutti gli anni alla partenza della Due Giorni. Mille dubbi, paure mi assalgono. La provincia chiuderà la strada come promesso?, gli spazi saranno sufficienti ed adatti?, quanti saranno gli iscritti? Ed infine saremo in grado di gestire al meglio una manifestazione che sta generando attese ed aspettative sempre maggiori?

Il tempo per riflettere e partiamo. Ci attendono 15 chilometri di bella e veloce pianura. Fa fresco, molti di noi indossano abbigliamento quasi invernale. La giornata è serena ma un vento "allegro" rende il clima abbastanza rigido per la stagione.

Filiamo veloci fino all'attacco della salita di Rocca Sinibalda. Qui si formano vari gruppi. Lo stesso cosa succederà alla gran fondo, ci sarà selezione. Affrontiamo secondo le nostre forze la salita. Raggiungo gli amici Viviana e Luciano, quelli del tandem, che fanno la loro prima apparizione stagionale con il gruppo. Lo spirito è quello giusto, una bella uscita nella quale impegnarsi ma anche stare assieme. Infatti alla fine della salita ci si aspetta e i gruppi si ricompattano.

Proseguiamo verso il lago. Sono anni che pedalo su queste strade, ma la vista dei panorami sul lago del Turano sa sempre regalarmi emozioni magnifiche. La superficie dello specchio d'acqua è increspata dal vento, molto forte sul ponte che lo attraversa. Filiamo veloci nel tratto di pianura che lo costeggia fino al bivio di Pozzaglia ove comincia la prima vera asperità della giornata. E' una bella ascensione, abbastanza lunga con pendenze costanti intorno al 6/7%. Giunti in cima di nuovo tutti assieme per affrontare la lunga discesa che ci conduce a Muro Pizzo. Qui affrontiamo una delle asperità più impegnative della corsa. Quasi cinque chilometri al 7% ma con punte che sfiorano il 15/16%. Mi ripeto, ma credo sia paragonabile al Barbotto come dati



Turbikers sul silenzioso valico di Muro Pizzo. Da sinistra: Paolo Ruggeri, Luigi Neri (con un'improbabile completo svizzero), Ferruccio Fiammenghi, Marco Marafini, Andrea Fossati e Marco Petrella.

generali e configurazione. Ci fermiamo sul valica, siamo quasi a 900 metri di altitudine, per godere dello splendido panorama e del silenzio e della solitudine nella quale siamo immersi.

Discesa prudente – è abbastanza insidiosa in particolare in un tornante con il fondo stradale assai mal ridotto – per fare sosta al bar di Posticciola, località ove, alla due giorni, sarà previsto il secondo ristoro. Caffè, crostata, sfotto e commenti in allegria. Siamo a buon punto, mancano circa 23 chilometri per completare il medio, obiettivo di gran parte di noi.

Terminata la dolce salita di Posticciola ci attendono circa 20 chilometri di discesa e pianura, sarà possibile, per i passisti recuperare e parecchio.

Io formo gruppetto con Marco Marafini, Gennaro Balzano, l'amico Tata Nardini del gruppo Iacona e percorriamo la pianura ai 35 all'ora, raggiungendo dopo alcuni chilometri di "furioso" inseguimento Fossati, Neri, Ruggeri, Petrella ed altri del gruppo D'Angeli. Arrivo a fonte Cottorella soddisfatti per la bella pedalata nelle terre incantate della Sabina.

Ma la giornata non finisce qui e il lato amicale del Turbike prende decisamente il sopravvento su quello "agonistico" e possesso del nostro tempo. Un bel gruppo di noi, in compagnia delle nostre compagne, decide di concludere con un bel pranzo al ristorante di Fonte Cottorella, tappa quasi obbligata visto che organizzerà i pasta party della due giorni. Lo spirito è quasi goliardico, battute in libertà,

commenti, scambi di opinioni in merito al percorso della ormai prossima "due giorni".

Termina così una bella giornata. Considerazioni mie, ma credo di interpretare le idee di tanti di noi, il Turbike ha bisogno di giornate come questa. Giornate di sport, sano ciclismo, ma anche dedicate allo stare assieme, a socializzare tra di noi e con gli amici del Turbike, a rendere più partecipi ed integrati nello spirito del gruppo i nuovi soci o comunque quelli meno "storici" all'interno del Gruppo.

Ferruccio Fiammenghi

P.S.: incoraggiato dallo stato di forma che va migliorando la domenica ho deciso di pedalare ai Castelli, zona Pratonni del Vivaro, rocca Priora. Un incubo di traffico, automobilisti arroganti e spericolati su strade dal fondo al limite della decenza. Il paragone con la Sabina è stato davvero impietoso.



Dopo le fatiche il meritato ristoro.

Classifiche

Partecipanti: Turbilonga "Due Giorni" 17/04/2011			
E1	LUZI	137 p.ti	CAIMANI
	DE ANGELIS S	120	BUFALI
	ARRIAGADA	120	DAINI
	RUFA	120	LEVRIERI
	SERRA	120	MUSTANG
E2	RIVOLTA	120	MUSTANG
	PELLEGRINI	120	DAINI
	ROTELLA	120	AQUILE
	MARAFINI	120	BUFALI
	ROTELLA	120	AQUILE
A1	FIAMMENGHI	120	BUFALI
	SILVESTRI	120	LUPI
	BALZANO	120	LUPI
	CARDIELLO	120	LUPI
	NERI	120	RINOCERONTI
	FOSSATI	120	RINOCERONTI
	RUGGERI P.	120	RINOCERONTI
	ATERIDO	120	DAINI
	PETRELLA	120	RINOCERONTI
A2	LOLLI	105	LUPI
	CESARETTI	105	GIAGUARI
	MARCHES	70	DRAGHI
	BERNARDINI	70	DRAGHI

Partecipanti: Turbilonga Tolfa 17/04/2011			
E1	CALIENDO	120 p.ti	AQUILE
	BUCCILLI	120	MUSTANG
E2	CAVALIERE	120	RINOCERONTI
	NARDI	120	BUFALI
	MERCADO	120	DAINI
A1	ZANON	120	DAINI
	CECCHETTINI	120	DAINI
	FERIOLI	120	LUPI
	PICCIONI	120	LUPI
	BERTELLI	120	BISONTI
	LODOLI	120	BUFALI
	GENTILI	120	CAIMANI
	MATTEI	120	LEVRIERI
A2	DEGL'INNOCENTI	120	GIAGUARI
	RUSSO	120	AQUILE
	ERMANI F	105	LEVRIERI
	ERMANI M	105	LEONI
	ROMAGNOLI	105	BISONTI
MARCHETTI	105	BISONTI	
Ruggeri Maurizio			

Partecipanti: GF Bettini la Geotermia 18/04/2011			
E1	LEONARDI	165 P.TI	RINOCERONTI
	FAGGIANI	165	CAIMANI
E2	DELLA SALA	165	MUSTANG
	STELLA	120	MUSTANG
	PETELLA	120	BISONTI
A1	DE ANGELIS B	120	MUSTANG
A2	SANTARELLI	120	DRAGHI

E1	Turbilonga Sagrantino	Tolfa - Due Giorni GF Bettini	TOT VALIDO
Coppa GF			
FAGGIANI	155	165	320
LEONARDI	155	165	320
BUCCILLI	155	120	275
RUFA	155	120	275
SERRA	155	120	275
LUZI	130	137	267
ARRIAGADA	130	120	250
CALIENDO	130	120	250
MEDORO	155	0	155
PRANDI	130	0	130
PIRRI	130	0	130
DE ANGELIS S	0	120	120

E2	Turbilonga Sagrantino	Tolfa - Due Giorni GF Bettini	TOT VALIDO
Coppa GF			
DELLA SALA	155	165	320
RIVOLTA	155	120	275
MERCADO	130	120	250
CAVALIERE	130	120	250
ROTELLA	130	120	250
NARDI	130	120	250
PELLEGRINI	115	120	235
NARDINI	130	0	130
PISTOLESI	130	0	130
ANTONIUCCI	130	0	130
RUSSOMANNO	130	0	130
STELLA	0	120	120
PETELLA	0	120	120
MARAFINI	0	120	120

A2	Turbilonga Sagrantino	Tolfa - Due Giorni GF Bettini	TOT VALIDO
Coppa GF			
BERTELLI	130	120	250
DEGL'INNOCENTI	130	120	250
MARCHETTI	130	105	235
RUSSO	110	120	230
ERMANI M	100	105	205
ERMANI F	100	105	205
TRAZZI	130	0	130
SANTARELLI	0	120	120
PIETRONI	0	120	120
DI GRAZIA	110	0	110
LOLLI	0	105	105
ROMAGNOLI	0	105	105
CESARETTI	0	105	105
GOYRET	100	0	100
MARCHES	0	70	70
BERNARDINI	0	70	70

A1	Turbilonga Sagrantino	Tolfa - Due Giorni GF Bettini	TOT VALIDO
Coppa GF			
PETRELLA	130	120	250
ATERIDO	130	120	250
FERIOLI	130	120	250
ZANON	130	120	250
SILVESTRI	130	120	250
DE ANGELIS B	115	120	235
FIAMMENGHI	115	120	235
BALZANO	90	120	210
NERI	50	120	170
RINALDI	130	0	130
PICCIONI E	0	120	120
LODOLI	0	120	120
FOSSATI A	0	120	120
GENTILI	0	120	120
CECCHETTINI	0	120	120
MATTEI	0	120	120
CARDIELLO	0	120	120
RUGGERI P	0	120	120
LANCIA	115	0	115
FORLUCCI	115	0	115
TOMEI	110	0	110

Nota sulla classifiche:

- La classifica della ctg. A2 della tappa di Orvinio della scorsa settimana presentava degli errori nell'attribuzione dei punteggi. La classifica con i punteggi corretti è la seguente:

Classifica di tappa ORVINIO			
	Agonistica	t	p.ti
1	LEZZERINI	in 2:14:05	25,6
2	RUSSO G	a 0:02:24	23,7
3	DI STEFANO	a 0:02:32	20,7
4	SANTARELLI	a 0:03:03	16
	PIETRONI	a s.t.	16,2
6	BERTELLI	a 0:05:47	15,5
7	GOYRET	a 0:06:24	11,5
	DEGL'INNOCENTI	a s.t.	11,4
	PAOLUZZI	a s.t.	10,7
10	RUSSO	a 0:09:02	9,3
11	ERMANI M	a 0:14:15	6
12	TRAZZI	a 0:15:26	6,9
13	MARCHETTI	a 0:21:18	7,2
14	CESARETTI	a 0:24:29	6,6

Sono stati coerentemente corretti anche i punteggi nella classifica combinata.

Nessuno si è accorto di questo errore: vi rinnovo l'invito a controllare i dati pubblicati ed a segnalare prontamente eventuali errori.

- Nella classifiche GF vengono assegnati tanti punti pari ai Km percorsi + un coefficiente dato dal dislivello/km. Nelle tabelle a fianco sono indicati i punti assegnati secondo tale criterio. In ciascuna classifica di categoria NON compaiono coloro che hanno 0 punti.

Classifiche

Classifica a SQUADRE

	tappa	Totale			
		Pres	PTI		
1	MUSTANG	7	280	42	1660
2	LEVRIERI	4	160	39	1560
3	DAINI	6	240	37	1480
4	RINOCERONTI	5	200	37	1480
5	BUFALI	5	200	34	1360
6	GIAGUARI	2	80	32	1280
7	AQUILE	3	120	31	1240
8	CAIMANI	4	160	30	1200
9	BISONTI	4	160	30	1120
10	LUPI	6	240	23	920
11	DRAGHI	3	120	7	240
12	LEONI	0	0	1	40

Nota sulle classifiche:

- Corretto l'errore che dava un coefficiente di età negativo a coloro che hanno un'età < 30. I punteggi corretti:
 - **ARRIAGADA**: 14 P.TI anziché 13,9 nelle tappe 2 e 3 - complessivo **+0,2**;
 - **LUZI**: 12 P.TI anziché 11,3 nella tappa 2, 9 P.TI anziché 8,3 nella tappa 3 - complessivo **+1,4**;
 - **ERMANI M.**: 9 P.TI anziché 8,3 nelle tappe 1 e 2, 6,5 P.TI anziché 6,4 nella tappa 3 - complessivo **+0,3**.
 Sono state coerentemente corrette la classifica Combinata e quella di Categoria di appartenenza.
- Il file di calcolo delle classifiche non è ancora adeguatamente testato pertanto prego tutti Voi di segnalarmi prontamente eventuali errori che doveste riscontrare.

Classifica COMBINATA

	squadra	pres	p.ti
1	PELEGRINI	DAINI	7 357,5
2	NARDI	BUFALI	7 330,6
3	CESARETTI	GIAGUARI	7 323,8
4	ZANON	DAINI	7 306,4
5	DELLA SALA	MUSTANG	6 305,9
6	LEONARDI	MUSTANG	6 297,7
7	RIVOLTA	MUSTANG	6 286,8
8	DEGL'INNO-CENTI	GIAGUARI	6 285,2
9	CARPENTIERI	GIAGUARI	5 277,6
10	CAVALIERE	RINOCERONTI	6 276,6
11	BUCCI	GIAGUARI	6 276,3
12	BUCCILLI	MUSTANG	6 275,5
13	FORLUCCI	MUSTANG	5 275,4
14	MEDORO	BUFALI	5 273,9
15	SERRA	MUSTANG	6 270,1
16	DI STEFANO	LEVRIERI	5 269,1
17	RUFA	LEVRIERI	6 266,9
18	GENTILI	CAIMANI	6 264,9
19	ERMANI M	CAIMANI	6 264
20	MATTEI	LEVRIERI	6 263,2
21	PIETRONI	LEVRIERI	5 257,6
22	PIRRI	RINOCERONTI	5 253,3
23	ATERIDO	DAINI	5 251,5
24	MARCHETTI	BISONTI	6 241,7
25	SILVESTRI	LUPI	5 239,2
26	RUSSOMANNO	LEVRIERI	5 238,6
27	ANTONIUCCI	GIAGUARI	5 237
28	RUSSO G	CAIMANI	4 235,1
29	TRAZZI	LEVRIERI	5 234,7
30	LANCIA	AQUILE	5 234
31	NERI	RINOCERONTI	5 233,1
32	PETRELLA	RINOCERONTI	5 228
33	FAGGIANI	CAIMANI	5 227,6
34	RINALDI	BISONTI	5 226,9
35	RUGGERI P	RINOCERONTI	4 223,7
36	ROTELLA	AQUILE	5 223,2
37	ERMANI F	LEVRIERI	5 222
38	LUZI	CAIMANI	5 221
39	DE ANGELIS S	BUFALI	5 219
40	CALIENDO	AQUILE	5 215

	squadra	pres	p.ti
41	D'UGO P	DAINI	4 207,9
42	BERTELLI	BISONTI	5 199
43	PRANDI	RINOCERONTI	4 190,6
44	SALUSTI	RINOCERONTI	4 190,2
45	GRASSETTI	BISONTI	4 189
46	DE ANGELIS B	MUSTANG	5 188,2
47	ARRIAGADA	DAINI	4 188
48	MERCADO	DAINI	4 186,8
49	PAOLUZZI	BUFALI	4 185,4
50	FERIOLI	LUPI	4 182,8
51	PETELLA	BISONTI	4 179,8
52	FIAMMENGHI	BUFALI	4 171,1
53	FOSSATI A	RINOCERONTI	4 170,9
54	MARAFINI	BUFALI	4 170,6
55	TOMEI	AQUILE	4 170,3
56	RUSSO	AQUILE	4 169,3
57	ROMAGNOLI	BISONTI	4 153,4
58	CARDIELLO	LUPI	3 152,4
59	GOYRET	AQUILE	3 150
60	MATTAROCCI	GIAGUARI	3 143,7
61	ZUFFRANIERI	AQUILE	3 140,8
62	PISTOLESI	DAINI	3 133,1
63	CECCHETTINI	DAINI	3 132,7
64	PIETRANGELI	BUFALI	3 127,7
65	PICCIONI E	LUPI	3 120
66	BALZANO	LUPI	3 120
67	SANTARELLI	DRAGHI	3 118,2
68	LODOLI	BUFALI	2 99,8
69	GOIO	CAIMANI	2 95,1
70	LOLLI	LUPI	2 92,1
71	DURANTINI	LUPI	2 89,9
72	STELLA	MUSTANG	2 89,5
73	LEZZERINI	DRAGHI	2 87,6
74	MOLINARI	LEVRIERI	2 87,4
75	DI GRAZIA	AQUILE	2 80
76	SCOPPOLA	CAIMANI	1 49,5
77	PILI	CAIMANI	1 46,7
78	MILITELLO	LEONI	1 43
79	MARCHES	DRAGHI	1 40
80	BERNARDINI	DRAGHI	1 40
81	NARDINI	LUPI	1 40
82	RIDOLFI	BISONTI	1 40
83	ORLANDO	BISONTI	1 23,4

Dalla Prima - GF Bettini

l'abitato di Montecerboli ecco venirci incontro la "testa" della corsa. Passa Alexander Bazhenof che vincerà, staccato è Falzarano del team Guru, poi ancora dietro un gruppo di una decina di atleti. La parte finale di questa GF è sempre stata la più dura. Quest'anno lo sarà ancora di più perchè il percorso, modificato a causa di una frana, prevede la salita di Sasso Pisano. Bel borgo, immerso fra soffioni boraciferi e fumarole ma la strada per arrivarci presenta le pendenze più dure, con diversi tratti a doppia cifra e veramente pochi punti per respirare. Pedaliamo ormai tranquilli, la strada è deserta, ci voltiamo spesso per aspettare una ragazza che è sopravvissuta al gruppo lasciato dopo Cerreto che in discesa si stacca ma poi in salita prova a recuperare. Ecco di nuovo Montecerboli, con il suo strappo, che stavolta si percorre in salita. Finalmente siamo al cartello dei 10 km al traguardo. Siamo in bici più o meno da 5 ore e i migliori sono già arrivati da 1 ora. Si taglia il traguardo, facendo in tempo ad assaggiare ancora il buon pane toscano con il pomodoro sopra. Altri 2250 metri di dislivello li abbiamo archiviati. Arrivederci all'8 maggio, ultimo appuntamento di gran fondo prima della 9 Colli.

Danilo Leonardi



Marco Valerio Faggiani e Dario Stella a Pomarance per la GF Bettini.