

TRAIL

## Canepa torna al successo in Francia “Finalmente una gara senza problemi”

L'urlo liberatorio, quello per aver concluso la gara oltre che con la vittoria senza nessun problema. Dopo i ritiri alla Volvic Volcanic Experience in Francia e alla Western States Endurance Run negli Stati Uniti, Francesca Canepa ha potuto tirare un sospiro di sollievo. E' andata a vincere l'Ultra Trail Jura, a St-Claude nella Borgogna francese, gara a tappe su due giornate per un totale di 120 chilometri. «Avevo bisogno di concludere una

gara senza problemi dall'inizio alla fine - dice -. Non era programmata questa trasferta in Francia. Ho aspettato fino all'ultimo perché rientrasse il problema di vesciche dopo la Western. Così, il giorno prima della gara, mi sono decisa e sono partita». In Francia Canepa ha vinto la prima tappa sulla distanza di 70 chilometri, prima donna in ottava posizione assoluta con un tempo di 8 ore 53'57". Altra affermazione il giorno dopo

sui 50 chilometri completati in 6 ore 37'35", ancora prima donna in 17ª posizione assoluta, con distacco sull'inseguitrice, la francese Sophie Mouro (6 ore 47'05"). «Una gara a tappe, formula non molto diffusa, ma che rappresenta un ottimo allenamento e un vero banco di prova per il fisico: se la condizione non è buona, difficilmente si riesce ad arrivare fino in fondo tenuto conto che bisognava affrontare un dislivello di 7000 me-



Francesca Canepa sul podio della Ultra Trail Jura

tri». Intanto la trailer valdostana ha compiuto una nuova fatica. Ha ultimato il suo primo libro, dal titolo «Umtb, la mia Olimpiade». Testo che si impreziosisce grazie alla

prefazione curata da Valeria Stranero, l'azzurra piemontese della maratona. «Mi hanno sempre chiesto perché non avessi scritto ancora un libro - confessa Canepa -. L'i-

dea mi è sempre piaciuta, solo che in questi anni non ho trovato un editore che non mi imponesse regole. Il libro, racconta in modo intimo come ho vissuto l'Ultra Trail du Mont Blanc lo scorso anno. Un racconto che prosegue ristoro dopo ristoro e che consente al lettore di vivere la mia stessa esperienza».

Un libro che la trailer valdostana ha scritto di suo pugno. «Mi è sempre piaciuto scrivere e sapevo che sarebbe stata una bella avventura per me. Così appena mi è venuta l'ispirazione, su come strutturar- lo, è stato tutto molto naturale». Il libro sarà presentato sabato a Valtournenche nell'ambito delle iniziative della Settimana del Cervino. P. C. —

© NINO ALCONI (2019) (BIBBONI)