

Trail, qualche giorno di riposo con l'obiettivo la gara del Mont Blanc

Collé e Canepa, nei pensieri l'Utmb

IL CASO

Luglio è stato un mese dispendioso in termini di gare e chilometri, così la stagione di Franco Collé e Francesca Canepa prosegue in parallelo in vista dell'obiettivo comune: la Ultra Trail du Mont Blanc. I due top trailer, dopo aver inanellato nuovi successi nelle ultime uscite, si sono concessi qualche giorno di relax al mare. Collé si è congedato da un

luglio che lo ha riportato in grande spolvero, con la quarta vittoria ottenuta nella Montrosa Est Himalayan Trail, gara di 60 chilometri che ha vinto in 8 ore 9'37" con 41'14" di distacco da Stefano Ruzza, uno dei grandi protagonisti alla Utmb dello scorso anno e con un'ora 16'23" da Carlo Bonnet. «Sono felice perché pensavo di sentire la stanchezza, invece ho concluso all'arrivo senza grandi difficoltà. Per fortuna - spiega Collé - dopo un mese di giugno da dimenticare, in cui anche il

morale ne aveva risentito, queste ultime gare hanno invece confermato che la condizione è tornata ottimale. Adesso ci sarà qualche giorno di relax al mare e al rientro riprenderò la preparazione sia per l'Ultra Trail du Mont Blanc sia per il Tor des Géants».

Situazione analoga per Francesca Canepa protagonista di una doppia impresa in Bosnia. Si è imposta sui 100 chilometri della Jhorina Ultra Trail (seconda assoluta in 14 ore e 7") per poi bissare il suc-

cesso a meno di 24 ore di distanza tornando in gara sulla distanza di 17 chilometri (un'ora 57"). «E' stato un test importante - spiega Canepa -. Volevo vedere come avrebbe reagito il mio corpo nella seconda giornata di gara dopo aver percorso 100 chilometri il giorno prima. La risposta è stata più che positiva perché tra una gara e l'altra ci sono state meno di 24 ore. Alle 14 sono arrivata all'arrivo della 100 chilometri e il giorno dopo alle 9 sono ripartita nella 17».



Francesca Canepa in azione in Bosnia

E ora qualche giorno di riposo anche per la regina dell'Ultra Trail du Mont Blanc 2018. «Ci va un po' di mare per ritrovare le energie e rilassarsi - conclude -. Poi al rientro proseguirò con un allenamento conservativo che mi consenta di arrivare all'appuntamento con la Utmb nella migliore delle condizioni». P.C. —

© SYR/ALCANTARA/REUTERS