

Resoconto di Giampietro Glisenti sulla gara "Ironman" di Zurigo.

Sabato 9 luglio: arrivo a Zurigo, città dove si trova anche l'omonimo lago e luogo della prima frazione. Il pomeriggio passa tutto nell'ironman village per espletare tutte le pratiche per il ritiro pacco gara, check in bike (in orario stabilito in base al numero di pettorale) con foto "obbligatoria" della bici accanto al proprietario per poi verificarne l'accoppiata al check out a gara finita etc..

Lascio la bici in zona cambio coprendola col telo fornito dall'org. per la notte dove costantemente pioverà fino alle prime ore del giorno dopo.

Domenica 10, giorno della gara: ore 5 apertura zona cambio, cielo quasi completamente azzurro, temperatura acqua 21.5 gradi.

Partenza ore 7, circa 2.000 i partecipanti, 2 giri a triangolo con passaggio sulla terra ferma dopo il primo 1.900 m., schiaffi e calci sono ormai un piccolo particolare ma ne prendo meno che al triathlon di bardolino (e la batteria era da 200 persone non 2.000) chiudo la prima frazione in 1h e 25 min. E 1.200 esimo circa.

T1 in 3.5 min A BASE DI VASELINA (ovunque) E PANINO (sotto il body, fa schifo ma è così).

2 giri da 90 km con un dislivello di 1.300 m totali, tante le forature nei primi km e anche le cadute non mancano con tanto di ambulanze. Recupero molte posizioni soprattutto in salita, presente anche una discesa a 80 km h (bellissima e bagnatissima). Molte le moto della giuria che controllano e puniscono con penalty da 6 minuti o ammonizioni.

Mangio il più possibile anche se nn va giù niente e grazie all'organizzazione super non resto mai senza acqua, coca, sali, gel e barrette.

Le salite erano 2 da 6 km ciascuna al 5/6 % di pendenza con un simpatico salitone al 10% alla fine di ogni giro. TERMINO LA 2A FRAZIONE IN 5h e 55min e con il 600 esimo tempo circa.. Ps: causa lavori stradali abbiamo avuto un'aggiunta in bici di quasi 4 km!!!

T2 IN ALTRI 3.5 MIN, sto bene e ho voglia di correre questi 4 giri da 10 km l'uno pianeggianti sul lungo lago di Zurigo, questa dovrebbe essere la mia frazione :)

Parto ma non riesco a stare sotto i 4.25 a km, cosa che non mi aspettavo, (nel frattempo comincia un diluvio galattico con lampi e tuoni che durerà per 20 km) tengo duro per 18/19 km poi arrivano i crampi, la stanchezza, la fame e la sete quindi accontento tutte queste necessità bevendo ad ogni ristoro, rallentando e facendo stretching ogni volta che mi fermo al ristoro.

Dopo 3h 33 min (IL 180 ESIMO TEMPO) taglio finalmente il tanto sognato traguardo tra un tifo galattico e lo speaker che al microfono grida "GLISENTI GIAMPIETRO YOU ARE AN IRONMAN!!!" DA 11 ORE 1 MINUTO E 9 SECONDI - 428ESIMO ASSOLUTO E 101 ESIMO DI CATEGORIA.

CONCLUDO DICENDO CHE LA GARA SEPPUR COSTOSISSIMA 600 EURO D'ISCRIZIONE E' STATA ORGANIZZATA MAGNIFICAMENTE SENZA NEMMENO UNA PECCA, ZURIGO BLOCCATA TOTALMENTE PER LA GARA CON I CITTADINI FIERI DI SOSTENERLA E SOSTENERCI TIFANDO A PIU' NN POSSO DALLA MATTINA ALLA SERA.. TROPPO BELLA LA MAGLIA DI FINISHER E LA MEDAGLIA IN FERRO, CHE NN SARA' ORO MA PER ME...HA UN VALORE INESTIMABILE :))