

## BRESCIAOGGI CORRE

bresciaoggi.corre@bresciaoggi.it  
tel. 030.229.4278 / whatsapp 335.831.3358

SUL GARDA Domenica 7 agosto a Navazzo si correrà l'edizione numero 49



Gli atleti africani recitano sempre la parte dei grandi protagonisti nella sfida di Navazzo che quest'anno torna domenica 7 agosto

## Diecimiglia, a Gargnano parte il conto alla rovescia

Tracciato sull'anello lungo 1600 metri per le tre gare in programma: già lanciata la grande sfida agli africani che arriveranno con tanti big

Luca Regonasi

È iniziato il conto alla rovescia a Navazzo di Gargnano per la Diecimiglia del Garda: manca ormai meno di un mese per la classica podistica di stampo internazionale, che si disputerà domenica 7 agosto. La 49esima edizione della gara sarà allestita come sempre dal Gruppo sportivo Montegargnano presieduto da Marco Forti: uno sforzo organizzativo non da poco, visto che le prove agonistiche saranno 3, ma che renderà ancora una volta questo evento uno dei più prestigiosi del panorama del running bresciano.

**Pronto il tracciato**, un anello di 1600 metri (cioè circa un miglio) con fondo sterrato, in prevalenza, e asfaltato: il percorso si snoda nella pian-

na al di sotto la chiesa di Santa Maria Assunta ed è abbastanza nervoso, con cambi di ritmo e saliscendi. Dieci i giri da completare per gli Assoluti (numero chiuso fissato a 40 atleti maschi e 20 runner donne), che scatteranno per ultimi alle 10,45 e correranno sulla distanza effettiva delle dieci miglia (16 km). I primi a partire, alle 9, saranno i concorrenti delle categorie Master, gli over 50 maschili e tutte le fasce d'età femminili: per loro sono in programma 3 tornate dell'anello, pari a 4,8 km. I Master M35, M40 e M45 sentiranno il colpo di pistola alle 9,55 e affronteranno 5 giri del solito tracciato, quindi 8 km. Anche per i pettorali di queste categorie è stato fissato dagli organizzatori il numero massimo di 300 atleti. Le iscrizioni sono aperte sul sito wedo-sport.net fino al 4 agosto o ad esaurimento dei posti di-

ponibili. Tutte le informazioni si trovano sul portale della competizione, diecimigliadelgarda.net.

**La 49esima edizione** della prova dell'Alto Garda bresciano sarà una corsa di campioni come da tradizione. Del resto la gara di Navazzo annovera nell'albo d'oro nomi di stelle del calibro di Moses Tanui, Paul Tergat e Tega Lorupe, tre giganti keniani che hanno fatto la storia dell'atletica leggera.

Alla prossima Diecimiglia, gara internazionale Fidal di corsa su strada, si rinnova quindi la sfida alle gazzelle africane. Fra gli iscritti figurano già il forte ruandese Jean Baptiste Simukeka (Orecchiella Garfagnana), lo scorso 26 giugno vincitore in solitaria sui 50 chilometri della Pistoia-Abetone Ultramarathon, i burundesi Celestin Ndikumana (Calvesi Ao-

sta) e Leonce Bukuru (K24 Cosenza), i keniani Albert Kipchirchir (Virtus Lucca) e Laban Kipkemboi (Atletica Cisternino). In campo femminile sarà della partita Catherine Wanjiru Njilia (Orecchiella Garfagnana), 23enne keniana fresca di vittoria in 1h53'29" alla Ivars Tre Campanili half marathon di Vestone. Identico passaporto per Nancy Kerubo Kerage (Calvesi Aosta), prima il 20 giugno sui 10 km della We Run Rome, e per Fridah Muthoni Gachiengo (Virtus Lucca).

Ricco il montepremi, con premiazioni per gli individuali Master di categoria fino al 15esimo classificato. In palio per gli Assoluti uomini il Trofeo Lefay Resort; per le donne il Trofeo Comune di Gargnano. Al termine ristoro finale con il tradizionale spiedo.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

L'EVENTO In 120 per la manifestazione podistica benefica

## Di corsa per Rubens: chilometri di solidarietà

Aics e «Respira Ancora» hanno organizzato la non competitiva per aiutare il 50enne

È riuscita la prima edizione della «Io corro per Rubens». La manifestazione podistica non competitiva è andata in scena domenica scorsa a Brescia ed ha avuto una finalità sociale, oltreché sportiva. L'evento ludico motorio ha infatti raccolto fondi da destinare a Rubens, un uomo con disabilità fisica che ha bisogno di cure riabilitative. I più di 120 partecipanti all'iniziativa podistica hanno così abbinato lo scopo benefico, per contribuire alle spese mediche necessarie,



La corsa è sempre sinonimo di generosità: così è stato anche stavolta

con quello di trascorrere una mattinata in compagnia.

**Molto soddisfatto** perciò il comitato organizzatore guidato dall'associazione di pro-

mozione sociale Respira Ancora e da AICS Brescia, che hanno allestito la manifestazione con il patrocinio del comune di Brescia. Tantissimi gli atleti che si sono dati ap-

© RIPRODUZIONE RISERVATA

IN VALCAMONICA Nel week-end del 23 settembre l'ottava edizione

## Adamello Ultra Trail: show di salite e fatica

Tre le distanze, per tutti il traguardo a Vezza d'Oglio

È stata presentata ufficialmente l'ottava edizione della Adamello Ultra Trail, che torna il 23 settembre dopo il sold-out dello scorso anno. La gara di corsa in montagna, che promuove il comprensorio Pontedilegno-Tonale fra parchi naturali e camminamenti della Grande Guerra, avrà un cast internazionale e i classici tre percorsi.

**La manifestazione** podistica toccherà l'Alta Val Camonica e la Val di Sole, attraversando i parchi dell'Adamello e dello Stelvio. Il gruppo organizzatore dell'ultra-trail, guidato da Paolo Gregorini, punta a ripetere il successo dell'ultima edizione: nel 2021, infatti, oltre mille persone tra runner e volontari popolarono l'evento.

La novità più importante riguarda il numero massimo di iscritti, che è stato alzato da 650 a 800 atleti. Confermati invece i tracciati di 170 chilometri (con 11500 metri di dislivello positivo), 90 km (di 6050 metri il guadagno di quota) e 35 km. Inoltre domenica 18 settembre è in programma l'Adamello Trail Junior con partenza da Vione alle 12. L'evento giovanile è dedicato a bambini e ragazzi fino ai 19 anni, con percorsi ad anello modulati in base alle diverse fasce d'età, e consente loro di mettersi alla prova sul-



La presentazione ufficiale dell'Adamello Ultra Trail

le orme degli atleti più esperti. L'ultra scatterà venerdì 23 settembre: alle 7, a Vezza d'Oglio, via alla 90 chilometri, mentre la distanza maggiore partirà alle 9. Il giorno seguente, sabato, la 35 km aprirà le danze alle 14 da Monno. Tutte e 3 le competizioni avranno come traguardo Vezza d'Oglio, dove domenica alle 13 si terranno anche le premiazioni.

**Unica nel panorama** del trail running internazionale, la Adamello Ultra ripercorre sentieri, mulattiere e strade militari utilizzate durante i combattimenti della prima Guerra mondiale, le cui testimonianze sono ancora ben visibili lungo il tracciato. Le

due distanze più lunghe passeranno dai tunnel sotterranei in zona Cima Rovala, un tratto molto suggestivo, e toccheranno la quota massima di 2680 metri al Passo dei Contrabbandieri. I percorsi taglieranno 7 comuni bresciani dell'Alta Val Camonica e uno trentino, Vermiglio. Le iscrizioni sono già aperte su adamelloultra.it: «Il cuore di questa gara è la passione di un gruppo di persone innamorate della montagna e di un territorio straordinario - sottolinea Gregorini - Vogliamo tutelare la bellezza e farla conoscere a tutti. L'impegno dei nostri sponsor e la dedizione di centinaia di volontari rendono possibile questa grande avventura». ● **L.Reg.**

## BREVI

**IL RECORD**  
Amsellek alla grande con il nuovo primato provinciale sugli 800

C'è un nuovo record provinciale sugli 800 metri: l'ha stabilito Nasim Amsellek, mezzofondista della Nazionale e del club San Rocchino. Il primato non cambia casacca (apparteneva dal 2019 al compagno di squadra Stefano Migliorati), ma scende di 70 centesimi fino al 1'46"12 firmato sulla pista di San Vendemiano (Treviso). Amsellek, 23enne di Urugo d'Oglio, ha così migliorato il suo personale di più di 1".

**MASTER**  
5 medaglie bresciane agli Europei di corsa in montagna

Sornisi bresciani ai Campionati europei Master di corsa in montagna nella gara di 10 chilometri di sola salita. Sui sentieri della Savoia francese, sono tre gli ori di categoria conquistati da Angela Serena (Atletica Montichiari), don Franco Torresani e Marco Premoli (entrambi dell'Atletica Paratico). Medaglie di bronzo per Giovanni Baroni (Atletica Montichiari) ed Elisa Pellucchi (Atletica di Lumezzane).

IL CALENDARIO I prossimi appuntamenti

## Il miglio a Sanpolino, a Bagolino l'Alpin Run E la staffetta al Tarello

Continua a Vallio Terme l'Hinterland Gardesano E il 26 dalla Wuhrer la Maddalena by night

●● I bresciani continuano a correre, nonostante il caldo, anzi nessuno sembra avere voglia di smettere, in quello che è l'anno della vera ripresa: e così sono sempre di più le date che compongono il calendario provinciale del running estivo.

Da un lato le manifestazioni non agonistiche dell'Hinterland Gardesano, che da due settimane hanno aggiunto una partenza ufficiale (al colpo di pistola) a quella libera: prossimo appuntamento domenica a Vallio Terme per le camminate ludico motorie di 4 e 7 km. Dall'altro lato, un weekend davvero ricco. Sabato, sulla pista Gabre Gabriele di Sanpolino, andrà in scena il 23esimo Miglio di Lonato sulla distanza di 1609,34 metri: la gara Fidal, per tutte le categorie (comprese quelle giovanili con distanze ridotte), partirà alle 16. Domenica, alle 9, scatterà invece la 13esima edizione della Bago-

lino Alpin Run, prova di trail running di 16 km con 1100 metri di dislivello positivo: spettacolo assicurato quindi in Valsabbia.

**Giovedì 21 luglio** ci sarà invece la Staffetta città di Brescia firmata AICS. L'ottava edizione si svolgerà al parco Tarello, partenza alle 19,30 e percorso di 1500 metri; in gara squadre maschili di 3 atleti, femminili di 2 runner oppure team misti. In città si svolgerà anche la Maddalena by night di martedì 26 luglio con start fissato alle 19,30 dalla birreria Wuhrer: nessuna classifica, ma tanto divertimento.

E sono numerosi gli appuntamenti agonistici, appena ufficializzati, anche a settembre. Domenica 18 ci sono la quinta Cronoscalata a san Giorgio (via da Caino) e la sesta En mes ai ulif di Toscolano Maderno, due prove trail molto interessanti. Sui sentieri si correrà anche, il 25 settembre, il Trofeo Imbal Carton - memorial Gian Castagna: sarà la prima edizione per la gara di Prevalle. ● **L.R.**

© RIPRODUZIONE RISERVATA