

Cinquanta ore di corsa nel deserto: un'impresa su cui scommettere

Pubblicato: Martedì 30 Novembre 2010



Lo avevamo conosciuto nell'aprile 2008 in occasione della sua impresa in Colorado, quando prese parte alla massacrante Race Across The Sands, percorrendo 240 chilometri nel deserto e sostenendo così il Villaggio Sos di Morosolo. Oggi **Massimo Camponeschi (a destra nella foto), runner varesino di 36 anni**, sta per partire per un'avventura simile: tra il 4 e il 5 dicembre infatti sarà uno dei partecipanti della **Boavista Ultramarathon che si svolge a Capo Verde**. La prova, che ha un cuore organizzativo tutto italiano, prevede un percorso di **150 chilometri quasi per intero in zone desertiche** e ha come tempo massimo di percorrenza le 50 ore; ferreo il regolamento visto che ai partecipanti è assicurata **solo una riserva d'acqua di 24 litri** consegnata in alcuni determinati "check point" ma per tutte le altre necessità ogni concorrente deve provvedere da sé, riempiendo uno zaino che di certo non è il miglior alleato durante la corsa.

«Le settimane che precedono la partenza sono fondamentali proprio per quanto riguarda l'equipaggiamento, oltre che per la parte di allenamento cui sto badando ormai da mesi» spiega Camponeschi. «Molti **dettagli paiono insignificanti, invece tutto può servire ad alleviare la fatica**: da uno spallaccio regolato in modo perfetto all'utilizzo di té in polvere di tanti gusti differenti da aggiungere all'acqua in dotazione. Non ci crederete, ma **bere solo acqua dopo un po' dà la nausea**, come pure mangiare barrette e liofilizzati: per questo è necessaria una scorta leggera ma gustosa di bevande e alimenti. Io mi porto **bresaola, grana, crackers** da alternare agli integratori».

Impensabile però partecipare a una maratona simile senza un'adeguata preparazione fisica: «I partecipanti non sono molti – prosegue il runner che vive a Casbeno – ma tutti arrivano con un allenamento adeguato. Ciò non vuol dire che la distanza sarà percorsa con tempi troppo veloci perché vi assicuro che concludere prima delle 50 ore massime è già una bella impresa. Io ormai da tempo mi alleno quasi ogni sera al ritorno dal lavoro, principalmente intorno al lago o in Valganna, naturalmente correndo con uno zaino appesantito sulle spalle per abituarli al peso supplementare. Di recente ho fatto **due "notturne" di 60 e 40 chilometri**, la prima partendo da Cugliate e passando per Barasso dopo un primo giro a Varese, la seconda intorno al lago includendo anche la salita dal Sasso di Gvirate. Purtroppo le recenti piogge hanno rovinato un po' i piani: la fatica è già tanta di suo, e se il meteo non aiuta il tutto si fa più duro».

Anche in questa occasione Massimo abbina il piacere di fare sport a quello, più profondo, di dare una mano a chi ha bisogno; stavolta a beneficiare della sua idea è la **Fondazione Onlus Renato Piatti** –

Anffas di Varese e le modalità di contribuire sono originali e divertenti. Innanzitutto ci sono le possibilità di donazione tradizionali, ovvero il **versamento sul conto corrente postale** numero 30181465 intestato a Fondazione Renato Piatti Onlus con la causale "Maratona di Massimo" o il **bonifico bancario** sul conto corrente numero 21423X44 intestato a Fondazione Renato Piatti Onlus presso la Banca Popolare di Sondrio (IBAN: IT 91 P05696 10801 000021423 X44). Il modo più speciale invece è legato alla "**scommessa**" **da fare con lo stesso Massimo**: sul sito della [Fondazione](#) si può infatti compilare un modulo per scommettere sul tempo nel quale il runner finirà la gara. Si tratta di una "giocata a perdere: la speranza è che chi promette un contributo lo paghi comunque, ma **nel caso Massimo perda la scommessa offrirà da bere al vincitore**; l'importo è comunque libero.

La trasferta a Capo Verde inizia nelle prossime ore, con il volo che porterà Massimo nella località di partenza della Ultramarathon, mentre tanti amici lo seguiranno a distanza e faranno il tifo per lui, come il presidente della Runner Varese, Rinaldo Francesca, i volontari dell'oratorio di Casbeno e **i tre sponsor che sostengono l'iniziativa**: gli articoli sportivi Anta di via Cattaneo, il wedding planner "Andare a nozze" e l'Assicurazione De Carlini&Carletti-Fondiaria Sai.

Al suo ritorno Massimo ci racconterà come è andata, dal punto di vista sportivo ma soprattutto sotto il profilo delle emozioni. Che, siamo certi, batteranno anche la fatica.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it