

Nuova impresa per Giuliano Conconi: quinto alla Greek Hero Extreme

Pubblicato: Mercoledì 10 Novembre 2021



Giuliano Conconi non è nuovo a prove estreme portate a termine con carattere e determinazione, ma a Corfù – lo scorso 16 ottobre – l’ultratleta varesino ha forse superato le aspettative. Non tanto per **il quinto posto assoluto** in una gara si questo livello, ma per la difficoltà del tracciato e la forza mentale di non mollare dopo una caduta dolorosa in bici che lo ha messo a dura prova nella frazione di corsa.

«Questa gara – spiega Conconi – era una “edizione zero”, ovvero ne fanno una per vedere se sono all’altezza del circuito XTri, che racchiude le competizioni di questo tipo. **Abbiamo fatto 3,9 km a nuoto, 182 km in bici con 3300 m di dislivello positivo e infine 40 km corsa con 1600m di dislivello positivo.** Siamo partiti in 26 partecipanti; i primi 3, inarrivabili, sono professionisti. Io sono arrivato al quinto posto, chiudendo in 15 ore 6 minuti».

«Non sono mancate le difficoltà – racconta Giuliano -. La gara doveva essere a maggio e invece per la pandemia è stata spostata a ottobre. Le giornate sono più corte e quindi siamo partiti e siamo arrivati col buio, correndo l’ultimo tratto con la luce frontale. A rendere ancora più dura la corsa è stato il tracciato: **non era una maratona ma un trail assurdo.** Ci sono stati passaggi corsi senza luce in sentieri stretti su scarpate a picco sul mare. I tratti in pianura erano sulla spiaggia e tra una e l’altra c’erano anche degli scogli da scalare o salite tra gli ulivi con il trenta per cento di pendenza».

«Tutto – prosegue Conconi nel racconto – dopo **essere caduto in bici dopo 182 km.** A un tornante

c'era del fango lasciato dalla pioggia dei giorni precedenti e sono scivolato sbattendo il fianco. Mi sono fatto male, sono stato medicato ma ho subito il colpo anche mentalmente. Poi però, anche grazie al mio supporter, **ho ritrovato le energie e la grinta per ripartire e portare a termine la gara».**

«Ora mi sto riposando un po' – conclude l'ultratleta – ma la prossima impresa è già in calendario: **mi sono iscritto a maggio per la HimalayanXTri**, una gara del circuito Xtri come questa di Corfù in Nepal, ai piedi dell'Himalaya. Sarà un'avventura unica perché nuoteremo nel lago Phewa a Pokhara, con tutta la cornice dell'Annapurna a fare da sfondo. Toccheremo i 4.000 metri come punto più alto per un dislivello positivo di quasi 9.000 metri. Devo arrivare con la testa cattiva e il fisico leggero. Sempre con il sogno della Raam (Race Across America), quando arriveranno i soldini».

di [fmf](#)