



Il Giro delle 5 Torri
08/05/2011
di Caterina Carrà, 08 maggio 2011

Giornata all'insegna del "corri cammina e mangia"., camminata non competitiva di 32km oppure 15km?

Partenza alle 7.30 del mattino da Monastero Bormida, in 4 per la lunga, Tiziana, Roberto, Pierfelice ed io mentre Maria Pia ci abbandona, la prima parte la fa in pullman e fa la corta.



La giornata si prospetta calda, si parte con una corsa tranquilla, il cronometro non serve, non è competitiva ed il panorama intorno è stupendo. Si sale per arrivare alla prima torre a San Giorgio Scarampi, il dislivello non è molto 650

mt. sono circa 12km. Tra una parola e l'altra con una corsa lenta si arriva, bisogna fare la spunta e ci timbrano la carta del percorso, per un momento è tornato alla memoria mia, di Tiziana e di Roberto il cammino di Santiago quando si arrivava in qualche paese si doveva far timbrare la credenziale, per poi avere la Compostela arrivando a Santiago.

Ma torniamo alla camminata... il ristoro con una focaccia salata ottima acqua, biscotti e uvetta, si scambiano due parole con calma e si riparte per la 2^a tappa, Olmo-Gentile. Per non smentirci, insieme ad altri sbagliamo strada, passiamo per le vigne e ci ricongiungiamo al sentiero. Corri e cammina, cammina e corri, arriviamo, Tiziana e Pierfelice ci precedono al ristoro,... sempre abbondante con focaccia, biscotti, uvetta e thè.

Altro timbro altra partenza, si va a Roccaverano ed il primo pensiero è alle formaggette... da veri podisti in sciopero. Si sale ancora... per fortuna si passa tra boschi e prati, il sole inizia a scaldare e nei boschi si sta davvero bene, arrivare alla 3^a torre è un attimo, si fa per dire, ma correre per puro divertimento, senza pensare che devi arrivare prima possibile è davvero rilassante. Come prima Tiziana e Pierfelice prendono il loro passo di corsa lenta più veloce della nostra e vanno, ma ci si aspetta alla fine della salita e si riparte verso Roccaverano, qui il ristoro è sotto la torre in un prato al fresco con pane e salame, focaccia, vino, acqua e thè, c'è solo l'imbarazzo della scelta... quindi pane e salame, niente vino, troppo caldo e ci mancano ancora 12 km circa. E per fortuna Tiziana ha dei soldi con sé, tappa al bar per il caffè.

E poi si va alla 4^a torre, a Vengore. Il dislivello oramai è minimo, si inizia camminando e poi niente da fare, le gambe vogliono andare un po' più forte ma non troppo, dobbiamo goderci il panorama rovinato da una leggera foschia ma sempre bello. Arriviamo e dopo il solito rito del timbro e del ristoro decidiamo di salire sulla torre, che giro delle 5 torri sarebbe se non si va neanche su una? Ho perso il conto degli scalini, arriviamo in cima: la scelta è stata giusta, l'occhio spazia per l'Appennino.

Ultima tappa, il ritorno a Monastero Bormida. I km saranno circa 10 ma tolto due salite il resto è tutta discesa, qualche pezzo di asfalto e ancora sentieri nei boschi.

In lontananza vediamo Maria Pia che da brava camminatrice ha preso il suo ritmo, la raggiungiamo nell'ultimo "punto-acqua" prima dell'ultima salita, due passi insieme e poi noi andiamo, mancano 4 km ed oramai è finita.

Siamo all'arrivo, che è anche lo stesso punto da dove siamo partiti, c'è il ponte da attraversare, Pierfelice ed io ci guardiamo e mi esce la frase: "Ripetuta sul ponte?"; non ho finito di dirlo che siamo scattati.



Tempo di cambiarsi arriva Maria Pia, andiamo a mangiare polenta e spezzatino, gorgonzola, formaggetta e vino... complimenti alle cuoche ed anche a tutta l'organizzazione, è stata davvero una magnifica giornata.

Quasi quasi un altro anno si può ripetere, un po' di sano relax podistico non nuoce anzi