

VIDEO Sport e salute, Triathlon Camp: spettacolo in Valmarecchia

Sport - 23 giugno 2020 - 17:18



Domenica 21 giugno si è svolto a Novafeltria il 1° Training Camp Valmarecchia, allenamento collettivo per triatleti ma anche solo per sportivi che volessero mettersi in gioco.

Essendo saltato il calendario gare, l'appuntamento è stato pensato come occasione per testare la propria condizione fisica dopo il periodo di lockdown ma anche come opportunità per allenarsi in compagnia e far conoscere i borghi più suggestivi della Valmarecchia, definita una palestra a cielo aperto.

I 35 atleti si sono ritrovati presso la piscina Tanha di Novafeltria alle ore 8 e dopo un saluto di benvenuto del Sindaco dr. Stefano Zanchini, hanno iniziato l'allenamento pensato sulle distanze di un triathlon olimpico (1.500 nuoto, 40 km bici e oltre 10 km di corsa) con la prima frazione di nuoto.

Gran Parte dei partecipanti hanno nuotato i 1.500 metri nello splendido lago adiacente la Piscina in sicurezza seguiti dal salvataggio con moscone, mentre le ragazze ed i più giovani hanno svolto la sessione in piscina sotto la direzione tecnica di Giacomo Piva.

Terminato il nuoto i triatleti sono partiti per la fase in bicicletta con scorta di motociclisti e auto in coda al gruppo, indispensabili per la segnalazione dei ciclisti alle auto. Il percorso ha toccato alcuni dei borghi più pittoreschi della Valle fra i quali Torricella ed il passaggio sullo storico ponte 8 martiri recentemente ristrutturato (dove la mattina del 8 aprile 1944 furono fucilati 8 partigiani) per poi proseguire a Pennabilli e rientrare a Novafeltria.

All'arrivo della frazione Bike, come nelle gare di triathlon, si posteggia la bici e si infilano le scarpe da run per percorrere la fase di corsa prevista in questo caso lungo la ciclabile di Novafeltria, fino a raggiungere la Rocca di Maioletto dove la vista può godere di un panorama mozzafiato su tutta la valle fino al mare.

Al rientro gli atleti hanno reintegrato le fatiche dell'allenamento con un abbondante e prelibato pranzo presso il ristorante Tanha e nel tardo pomeriggio hanno svolto una sessione di Yoga rigenerante e defaticante di oltre un'ora, tenuta dalla maestra Valentina Venturi.

Dato l'entusiasmo e la buona riuscita di questa giornata è già stata fissata la data del prossimo Traing Camp Valmarecchia (allenamento collettivo) per domenica 19 luglio. Si ringraziano i motociclisti di Novafeltria per la scorta e Lorenzo Zanchini per le immagini con il drone.

