



K42 ITALIA | LA SPAGNA DOMINA SUL TERMINILLO

Descrizione

K42 ITALIA

Rieti, 10 luglio 2023 Una giornata dal cielo terso ha accolto i tantissimi partecipanti alla linea di partenza della quinta edizione della **K42 Italia** sul Monte Terminillo. Ed è stata una gara durissima e avvincente contro se stessi e contro una temperatura torrida che ha visto dominare sopra a tutti fin dall'esordio i top runner spagnoli **Alvaro Escuela Perdomo** con 5h44'52", già campione delle Canarie di trail running nel 2021 e di corsa in montagna nel 2022, e **Estela Guerra Almeida** con 8h27'54', campionessa delle Canarie di corsa in montagna nel 2021 e 2022 e di kilometro verticale nel 2022. Alla sua prima partecipazione **Federica Pelosi** al traguardo in 2h13'56" e **Giuseppe Bigioni** in 1h34'33", atleta di casa e già vincitore della K42 nel 2021, si aggiudicano **la 15 km**. Ai vincitori il titolo rispettivamente di **Campioni italiani dell'Associazione Italiana Cultura Sport di Trail Lungo e di Trail Corto**, mentre ai primi classificati della 42 km anche la partecipazione (totalmente spesati) ad una delle tappe del circuito internazionale che si chiuderà il prossimo 3 e 4 novembre in Patagonia.

Come ogni anno **l'unica tappa italiana ha dato il via alla stagione 2023 della K42 Series Adventure Marathon, il circuito internazionale K42 Serie**, nata proprio in Patagonia nel 2003, che oltre a configurarsi tra le competizioni più dure al mondo, scelgono come punto di forza il gareggiare nei luoghi più incontaminati e più suggestivi e diffondono un unico messaggio condiviso dalla comunità: il profondo **legame con la natura e lo spirito di conoscenza e di rispetto per l'ambiente**.

Due gare impegnative quelle conclusasi oggi e con passaggi molto tecnici, fra i più duri di tutte le maratone off-road in programma, che qui solcano la natura estrema e affascinante della montagna appenninica a confine tra Umbria e Lazio. La **K42, un anello di 45 km e 3310 mt di dislivello positivo** con partenza e arrivo a Pian de' Valli a Terminillo, è stata gara valida anche per accumulare punteggi sia del Circuito **#UMTB** che del Circuito **ITRA**, mentre la **K15 Terminillo** si sé svolta su un tracciato di 15 km e 1160m di dislivello positivo.

K42 Italia

Una partenza agguerrita a Pian de' Valli a 1614 mt alle 7.30 che ha visto subito in testa il campione

spagnolo **Alvaro Escuela Perdomo** della Arista Pro Team, che ha distanziato tutti e lasciato dietro di sé il vuoto.

Sarà solo 48 minuti dopo il suo arrivo (per la l'esattezza + 48'10") che il traguardo verrà solcato nuovamente da **Yanez Borella** della Paganella Mountain Team consegnandogli il secondo posto. Lo spettacolo è continuato all'arrivo in piazza con il **terzo posto pari merito** per **Enrico Morichelli** (Stivo Running ASD) e **Giovanni Marchionna** (ASD Alto Sandro Zero Gravity) in 6h55'44', che per tutto il percorso hanno corso allo stesso passo e mutualmente supportati secondo valori che solo lo sport può insegnare.

E non c'è stata gara nemmeno al femminile, dove anche qui la dominatrice assoluta è stata la giovane "stella" della corsa in montagna **Estela Guerra Almeida** (Arista Pro Team), che ha distaccato le concorrenti dopo la prima salita e ha tagliato il traguardo con 8h27'54". Seconda sul podio **Annarita Viotti** (ASD Romaecomaraton) in 8h58'41" e terza **Federica Lara** (LBM Sport Team) in 9h41'59".

È un percorso incredibilmente duro e sfidante, anche dal racconto degli atleti, quello della K42 Italia: dopo la partenza in piazza Pian de' Valli comincia subito la salita verso la Sorgente Acquasanta e Selletta Vall'Organo a 1834 mt, per poi entrare nel bosco e svalicare il Passo del Lupo. Ripida discesa verso i prati di San Bartolomeo tra radure e zone boschive, fino ad arrivare a Borgo Leonessa, punto centrale della gara. E poi si torna a salire verso il Santuario di San Giuseppe, **quasi un vertical con 700 mt D+ in circa 2 km**, probabilmente il tratto più impegnativo di tutta la gara. Ultime due risalite: la prima attraverso la Cresta Sassetelli, che con alcuni passaggi molto tecnici, conduce fino a poche decine di metri dalla vetta (km 41,7 – 2190 mt), la seconda dopo lo stretto del Passo del Cavallo, brevissima e ripida per giungere al Rifugio Rinaldi a 2018 mt. E poi a capofitto giù lungo le piste da sci che riportano all'arrivo a Pian de' Valli.

K15 Terminillo

Stessa partenza e un inizio di percorso in comune fino quasi al quinto chilometro poi, la K15 si inerpica verso la cresta e dopo Sella Sassetelli a 2080 mt, si ridiscende dal versante opposto verso Prato Sassi, per poi prendere un sentiero ghiaioso che costeggia la parete nord del Terminillo. Strappo per arrivare a Sella di Leonessa e al Rifugio Sebastiani fino ad arrivare in cima al Monte Terminillo a 2108 mt, dove poco oltre si riunisce alla parte finale del tracciato della K42.

Alla testa della gara fin dall'inizio il podio dei vincitori, che ha visto i tre insieme fino alla cima del Terminillo dove **Giuseppe Bigioni** (S.S. Lazio Atletica Leggera), capace conoscitore dei luoghi e già vincitore della K42 nel 2021, ha lasciato alle spalle tutti fino alla fine della gara tagliando il traguardo con 1h34'33". Dopo di lui, vicinissimi tra di loro, **Andrea Marinucci** (AICS Rieti APS, secondo a 4'13" e terzo **Simone Proietti** (AICS Rieti APS) a 4'23".

Diversamente è andata la gara al femminile che ha visto rimontare **Federica Pelosi** (Podistica Solidarietà), per la prima volta su questo tracciato, dopo una partenza più complessa e chiudere in cima al podio con 2h13'56", dando un distacco di quasi 10 minuti alla seconda classificata **Francesca Romana Dresda** (A.O.C. Team – ASD)

e 2h23'39". Bronzo per **Claudia Salvatore** 2h29'45" (SSD Runner Trainer Arl).