



## ANDREA MANZO AL TRAIL DI MONTE FOGLIANO (VT)

**Dopo un' anno di assenza ANDREA MANZO rientra in podistica Tuglie e subito ci entusiasma ed arricchisce con le sue strepitose avventure oltre i confini provinciali...eccolo a Monte Fogliano (VT), il suo racconto fresco fresco... :**

Da grande appassionato delle sfide, sportive e non, qualche settimana fa avevo colto al volo l'invito fattomi da un carissimo amico di partecipare ad una gara nel Viterbese.. Non si tratta di una gara qualunque ma di un trail montano sulla distanza di 30km, caratterizzato da un percorso con terreni impervi, salite a perdifiato e discese al limite dell'equilibrio.

Per me non solo si sarebbe trattato della distanza più lunga mai percorsa, ma a renderla più impegnativa sarebbero stati i circa 1300 metri di dislivello positivo.

La competizione si è rivelata durissima, una sorta di "prova di sopravvivenza" a causa delle condizioni meteo estreme con bufere di neve su buona parte del percorso in particolare nei tratti di montagna più alti.

Ho covato a lungo il pensiero di ritirarmi nella prima parte della prova, poi ho trovato le forze per continuare e prodigarmi in una bella rimonta nel finale tanto da farmi terminare a ridosso dei primi dieci.

La ricorderò come un'esperienza estrema, ma allo stesso tempo fortemente educativa.

Un caro saluto

Andrea

**FORTISSIMO!!!!** Di seguito le prime posizioni:

- 1 DI CROCE MICHELE MM40 46 BRAMEA VULTUR RUNNERS 2h42'06"
- 2 DELLE MONACHE FEDERICO MM35 44 ZONA OLIMPICA TEAM STAFF 2h44'29"
- 3 BENTIVOGLIO ENZO MM45 14 GP M. DELLA TOLFA L'AIRONE 2h47'55"
- 4 GRASSI ALESSANDRO MM30 66 ATL. DI MARCO SPORT 2h52'10"
- 5 MINERVA VITO MM45 91 DYNAMIC FITNESS PALO DEL COLLE 2h52'41"
- 6 RUGGERI GIOVANNI MM35 177 UISP ORVIETO 2h54'30"
- 7 GRASSI FRANCESCO MM35 65 ATL. DI MARCO SPORT 3h00'34"
- 8 TIE FENTHALER ANDREA AMATORI 163 ATLETICA VALLE DI CEMBRA 3h01'38"
- 9 IACOMELLI FRANCESCO MM35 157 A.S.D.COSTA D'ARGENTO 3h01'51"
- 10 SFONDAILMONDO MASSIMILIANO MM40 129 ATLETICA AVIS PERUGIA 3h02'47"
- 11 SIROTTI MARCO MM40 130 LIBERTAS ELLERA 3h03'17"
- 12 SPIDONI MANUELE MM50 134 ZONA OLIMPICA TEAM STAFF 3h06'08"
- 13 MANZO ANDREA AMATORI 79 PODISTICA TUGLIE 3h10'54"

02 febbraio 2015

