

Trail running, 145 chilometri di corsa intorno al monte Bianco: la genovese Anna De Biase protagonista alla Tds

di **Katia Bonchi**

05 Settembre 2019 - 8:27



Genova. Centoquarantacinque chilometri, novemila e cento metri di dislivello alla scoperta dei villaggi del Tour del Monte Bianco e delle montagne che lo circondano. Si chiama **TDS**, acronimo di “**Sur les Traces des Ducs de Savoie**” (sulle Tracce dei Duchi di Savoia) ed è una delle corse principali del circuito dell’Ultra Trail du mont Blanc.

Quest’anno ad affrontare questo durissimo quanto affascinante “viaggio di corsa” dove competono i migliori atleti del panorama del trail running a livello internazionale, c’era anche la sestrese **Anna De Biase**, classe 1973, atleta di punta della società genovese Sisport.

In realtà Anna aveva già partecipato all’edizione dello scorso anno della Tds: “E’ una gara bellissima, tecnica e selvaggia - racconta - dove c’è tanto dislivello come piace a me e dove vedi scenari meravigliosi. Già lo scorso anno l’avevo scelta ma a causa del maltempo ne avevano tagliato parecchie parti. Quest’anno dovevo finire quello che avevo cominciato l’anno passato”.

Anna non solo ha finito quello che aveva cominciato ma è riuscita anche a piazzarsi venticinquesima della classifica femminile generale, undicesima di categoria e terza italiana arrivata.

A percorrere 145 chilometri e un’infinità di salite e discese ci ha messo 30 ore e 38 minuti.

E non è stato uno scherzo: “Ci sono stati diversi momenti in cui sono stata presa dallo sconforto - racconta - in particolare gli ultimi 30 chilometri ho patito il sonno, tanto da fare dei micro-sonni da 10 minuti. Per ben tre volte mi sono dovuta fermare e puntare la sveglia per riposare un po', ma non ho mai pensato di ritirarmi. Ho rallentato ma dovevo portarla alla fine”.

Anna è arrivata a Chamonix con addosso una t-shirt molto speciale: stampato sul petto il volto sorridente di Frederic Pellegrino, alpinista e suo compagno da una vita, morto a giugno in un incidente di montagna in Valle Stura. “Freddy mi ha sempre sostenuto - ricorda Anna con voce commossa ma ferma - e mi ha sempre dato conforto e forza in queste gare così particolari dove hai bisogno di sostegno. Questa gara è stata particolarmente dura anche perché l'anno scorso c'era Freddy nelle basi vita e in quei sentieri abbiamo fatto parecchi allenamenti. In quei sentieri durante queste 30 ore l'ho cercato spesso e l'ho sempre portato nel cuore e così sarà per sempre”.



I progetti per il futuro? Sono ancora da disegnare: “Sono ancora presa dalle emozioni della Tds - dice - e non ho deciso anche se mi piacerebbe fare una gara all'estero. Ovviamente voglio fare ancora meglio ma soprattutto voglio continuare a divertirmi”.

Per Anna, che proviene dall'atletica leggera su pista, la scoperta del trail running è stata illuminante: “La mia prima gara è stato un Rensen nel 2015. Non conoscevo questo sport ma mi è piaciuto subito correre in montagna perché la competizione con gli altri non si sente. Correre in montagna significa sentire il tuo respiro, il tuo cuore, stare in silenzio staccando dal quotidiano e osservare panorami bellissimi, una sensazione stupenda”. E il sorriso che accompagna ogni suo arrivo, anche nelle gare più dure, racconta meglio delle parole quello che si prova a correre liberi tra i monti.

