

La mia montagna:

...arriva il giorno in cui la tua vita da biker non sarà più la stessa...

la gara di mtb più dura al mondo:

HERO Südtirol Dolomites

Scheda sintetica:

Data escursione: 18 giugno 2016
Tipo Escursione: mtb
Zona di partenza: Selva di Val Gardena
Sentiero: tracciato
Altitudine partenza: 1563 mt
Altitudine massima: 2298 mt
Dislivello: 4500 mt
Lunghezza: 86 km
Tempi di percorrenza: 10,09 h
Partecipanti: Adelio
Difficoltà (0 a 6): 4, alcuni tratti 5

I 4000, anzi 4000 e sedici iscritti alla HERO Südtirol Dolomites sono già eroi, prima ancora del traguardo. Un percorso che attraversa i paesaggi più belli delle Dolomiti, sui sentieri tortuosi e verso le discese più ripide: è una sfida per chi lo affronta è uno spettacolo per chi, accanto al tracciato, si ferma a guardare.

Teatro di questa gara, diventata un must per gli appassionati delle lunghe distanze in mountain bike, è il giro del Sella, sotto gli impianti e sui sentieri che costeggiano le piste di quello che in inverno è il celebre itinerario sci ai piedi del Sellaronda. Due i percorsi di gara, il più lungo prevede 86 chilometri con 4.500 metri di dislivello, il più soft – relativamente – 60 chilometri e 3.200 metri di dislivello.

A Selva, il paese della Val Gardena da cui tutto parte la scritta HERO campeggia ovunque; non ti puoi girare senza vederla. E in questi giorni gli aspiranti eroi si riversano qui. Li incontri nel palazzetto del ghiaccio, dove si ritirano i pettorali. Per molti è la prima volta. C'è chi ha vent'anni e chi ne ha sessanta. Chi si fa tutto emozionato la foto con il pettorale da condividere con gli amici e chi questa gara l'ha vinta da professionista. Hanno storie diverse, gli aspiranti eroi. Ci sono i professionisti, i grandi nomi della Mtb, come il colombiano **Leonardo Paez**. Ma qui, gli eroi, non sono solo i professionisti. Ognuno ha la sua sfida: Allo stesso modo, la Sellaronda Hero non è una semplice gara. Ma l'impresa di una vita. Quella da raccontare agli amici, ai parenti: lo c'ero. Io ce l'ho fatta.

Al di là dell'allenamento, dell'abbigliamento, dell'alimentazione, l'ingrediente fondamentale è uno: la determinazione. Senza, non arrivi in fondo. Per la **HERO** bisogna allenare la mente, oltre al corpo. Quasi tutti, il sorriso dell'emozione, della sfida addosso, ma negli occhi l'audacia dell'impresa. Quell'audacia di cui scriveva Goethe, che "reca in sé genialità, magia e forza". L'audacia e la determinazione. Perché senza determinazione la Sellaronda Hero non la finisci. "È una sfida contro te stesso", per poter conquistare quell'incredibile soddisfazione di poter dire, da domani in poi, io c'ero, io ce l'ho fatta. Io sono un eroe.

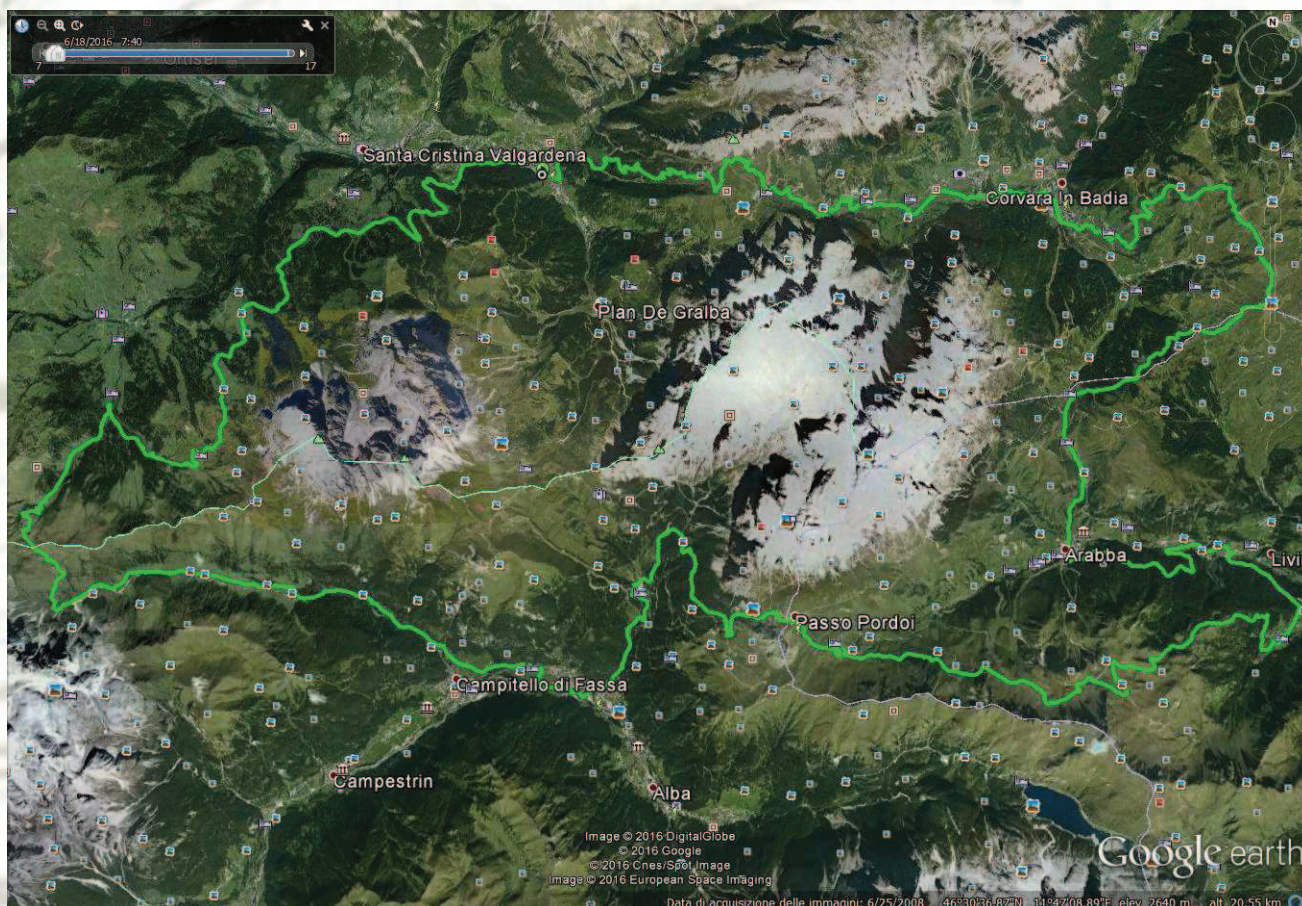


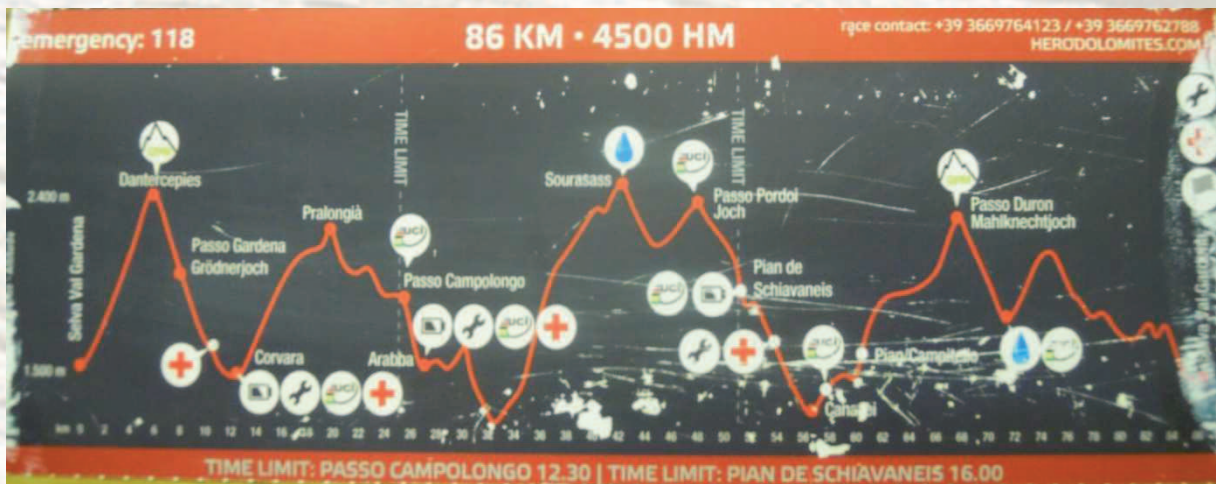
Oggi sarà il giorno della sofferenza, delle crisi, di crampi e di voglia a volte di mollare. Ma la, dietro a tutta questa montagna di ostacoli materiali e mentali da superare, in fondo a questo lungo percorso, troverete lei ad aspettarvi... la gloria... quella degli eroi, quella che solo chi ha voglia di salire in sella anche con un po' di incoscienza può conoscere. Perciò ragazzi ricordate che lei sarà lì per voi. Per gli eroi di questa giornata. Ora andate Alternative e diffondete il verde... Lino

- Selva Gardena 1.563 m
- Gardena/Dantercepies Pass 2.298 m
- PEAK PRIZE
- Corvara 1.568 m
- Campolongo Pass 1.875 m
- Arabba 1.605 m
- Pordoi Pass 2.239 m
- Canazei / Campitello 1.450 m
- Duron Pass 2.280 m
- PEAK PRIZE
- Selva Gardena 1.563 m

- 86-HM2 177 Rossi Roberto 1981 Carobbio Degli Angeli BG 10:09.53,8 (5089)

| 18/06/2016 07:40:00 | | Verde | |
|---------------------------|---------------------------|------------------------|---------------------------------|
| Riepilogo | Ora | Velocità | Elevazione |
| Punti: 4123 | Tempo trascorso: 10:15:27 | Media: 8 km/h | Minima: 1389 m Ascesa: 4132 m |
| Distanza: 84.8 km | In movimento: 9:32:31 | Velocità media: 9 km/h | Massima: 2339 m Discesa: 4156 m |
| Area: 120 km ² | Tempo in sosta: 0:42:56 | Minima: 0.0 km/h | Pendenza: -0.0 % |
| | | Massima: 79 km/h | Frequenza |
| | | | Media: 135 bpm |
| | | | Minima: 98 bpm |
| | | | Massima: 172 bpm |





Frammenti di gara, vissuti come foschi solchi scavati nell'anima di ogni biker.











*Sono le condizioni peggiori a rendere le cose migliori, contro tutto:
acqua, fango, freddo, neve e salite...ce l'abbiamo fatta*

4.016 VOLTE GRAZIE!

Che dire? Grazie. Davvero grazie, perché vedere quattro mila volti infangati ma puliti nell'emozione di aver compiuto qualcosa di bello, ci riempie il cuore. Grazie a voi per aver creduto in due cose: nella nostra gara e soprattutto, in voi stessi, perché la HERO prima di ogni altra cosa è credere fermamente che un sogno si possa avverare e fare di tutto perché questo avvenga. Quello striscione sotto cui siete passati non è certo il traguardo della vita, ma è sicuramente un obiettivo che contribuisce a trasformare la nostra quotidianità in qualcosa per cui vale la pena di credere. Per vincere la propria HERO servono gambe e testa, ma soprattutto cuore, e stare lì, in zona d'arrivo è come se avessimo sentito tutti i vostri battiti in una unica frequenza: la nostra e la vostra. Ed è per questo che vi diciamo grazie: grazie per essere stati i nostri protagonisti.



**DIPLOMA DI PARTECIPAZIONE
RILASCIATO A:**

Rossi Roberto

per aver completato la
HERO SÜDTIROL DOLOMITES 2016 in

10:09.53,8

SELVA VAL GARDENA, 18.06.2016

