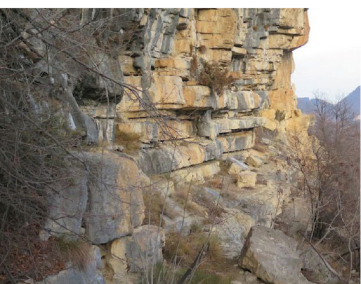


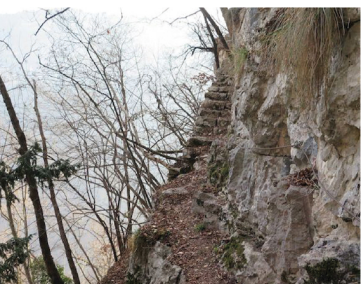
L'angolo del Trail

informazioni e impressioni di percorso
di **Alberto Toldo**

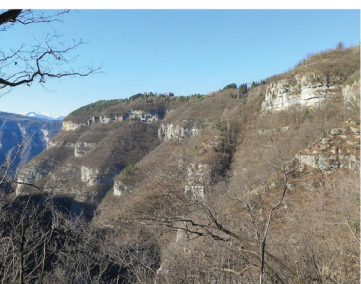
DI CORSA SULLE BANCHETTE Sempre Pedescalando



Cinquecento metri di dislivello tutti d'un fiato collegano **Pedescala** a **Castelletto** lungo la **Strada vecia delle Banchette**. E' il sentiero **Cai 631** certo, ma è anche il tratto più bello di una gara bellissima, **PedescalandoRotzo**, che da oltre un decennio riunisce verso la fine di agosto diversi mondi della corsa. **Quattro chilometri**, poco meno, senza pendenza esagerata, che costringono l'appassionato trail a correre dal primo all'ultimo metro. Fondo perfetto, dolce perlopiù, con qualche raro tratto su roccia affiorante, sempre sul sedime di una strada vera e propria.



Si parte dalla **piazza più grande** del paese per prendere tra le case l'erta iniziale. Breve tratto erto in asfalto fino all'erba soffice che conduce al primo attraversamento della **Strada del Piovan**. I passi frequenti lasciano subito spazio ad una falcata più regolare subito dopo l'attraversamento. Superato un macereto in salita ci si avvicina al primo dei tornanti. Tra i **primi dieci tornanti** il fondo è morbido, la strada sale con moderata regolarità quasi come un falsopiano, si può solo correre cercando di forzare il proprio ritmo. La corsa permette di ammirare la regolarità del tracciato, trovando solo dopo il decimo tornante i primi elementi spigolosi nel fondo. Qualche tratto di roccia, un paio di strappi decisi, fanno fare i conti col ritmo sostenuto. **La salita è veloce**, il terreno adatto dove alzare i battiti e mettersi davvero alla prova. I lacci dei tornanti si fanno più brevi sino al tratto piano che avvicina alla **Voragine delle Banchette**. Qui la falcata può distendersi, l'allenamento chiede velocità, l'entusiasmo corre sotto la parete, sino agli ultimi due tornanti prima del **Campo dei Tombassi**. Si fiancheggia il prato in un tratto di nuovo a moderata pendenza su fondo erboso. Superato l'asfalto nel secondo attraversamento della **Strada del Piovan**, si prende un tratto erto con fondo sassoso e parecchie radici affioranti, nulla di eccessivo in ogni caso. Gli ultimi due tornanti erbosi ci portano verso lo strappo finale che conduce alle prime case di **Castelletto**, con gli ultimi tratti prima su sterrato, poi su asfalto. Qui **Pedescalando** ogni anno devia a destra verso i prati di **Rotzo**, mentre il nostro allenamento può fare ritorno verso valle. La discesa, velocissima, ripassa i diversi terreni di calpestio, permettendo di ammirare le prime o le ultime ore del giorno, come ogni diversa stagione dell'anno.



Qualche decina di minuti, sulle dita di una mano, dai più forti ai meno dotati. La **Strada Vecia delle Banchette** è il posto migliore dove, in vallata, portarsi sotto sforzo in salita. Una salita facile, veloce, sostenuta. Difficile proprio per questo. Uno sforzo intenso breve per chi prepara gare corte. Uno sforzo da ripetere due, tre, quattro volte di fila per i folli che preparano lunghe avventure.

