

Trail delle 5 Querce: La carica dei mille atleti nel canyon di Gravina in Puglia



GRAVINA IN PUGLIA – Circa mille atleti provenienti da tutta Italia si misureranno domenica 12 giugno nella quinta edizione del “trail delle 5 querce”, la gara podistica outdoor più partecipata in Puglia e nel sud Italia, all’insegna della natura e dell’avventura, lungo i sentieri variopinti del bosco “difesa grande”, incastonato tra gli jazzi del parco nazionale dell’alta Murgia e le cavità carsiche della Gravina di Gravina in Puglia, nei luoghi di una civiltà rupestre e del parco archeologico.

Dopo il successo delle scorse edizioni, l’asd festina lente, società organizzatrice dell’evento, quest’anno propone un unico arduo percorso di 28 km, che comprende anche il canyon di Gravina in Puglia, città candidata a diventare “patrimonio mondiale dell’unesco”, e chiama a raccolta non solo i runners pugliesi e lucani, ma anche i numerosi amanti di questa emozionante gara nel cuore della natura, che giungeranno a Gravina da ogni parte d’Italia con gruppi numerosi provenienti soprattutto da Abruzzo, Lazio e Campania, e iscritti da Torino, Belluno e la Spezia. Un’esperienza talmente emozionante da coinvolgere, per la prima volta, un gruppo di atleti sordomuti.

Esordio speciale in una gara podistica per un atleta promettente, Ahmed Tunji, 22enne nigeriano, con alle spalle una storia incredibile: raccolto nelle acque libiche e sbarcato a settembre in Italia, ora è ospite nel centro di accoglienza straordinaria di Poggiorsini, dove hanno scoperto il suo vero talento ed è subito scattata una grande maratona di solidarietà per fornirgli tutto il materiale tecnico necessario e l’iscrizione alla prima gara sportiva della sua vita.

Tra i partecipanti d’eccezione del trail ci sarà il gradito ritorno dell’atleta italiano Giorgio Calcaterra, attuale detentore del titolo mondiale nella 100 km di ultramaratona, e Giacomo Leone, consigliere nazionale del Coni e consigliere federale della Fidal, nonché l’ultimo italiano ad aver conseguito la vittoria nella speciale maratona di New York, esattamente 20 anni fa.

La partenza del “Trail delle 5 Querce” è prevista alle ore 8.00 di domenica 12 giugno presso l’area fiera di Gravina, mentre alle 12.00 avverrà la cerimonia di premiazione (primo uomo e prima donna assoluti, primi 5 di categoria, prime 5 società più numerose).

La partenza del "Trail delle 5 Querce" è prevista alle ore 8.00 di domenica 12 giugno presso l'area fiera di gravina, mentre alle 12.00 avverrà la cerimonia di premiazione (primo uomo e prima donna assoluti, primi 5 di categoria, prime 5 società più numerose).

Il **trail running**, specialità della corsa a piedi che si svolge in ambiente naturale e caratterizzata da percorsi lunghi e da dislivelli importanti, ha tra i suoi valori "etici" specifici **l'autenticità**: il trail è praticato in armonia con la natura e con gli altri, all'insegna della **semplicità, della convivialità e del rispetto per la natura e per gli altri concorrenti**. E così dall'amore per il proprio territorio (gravina e la murgia) e per questa disciplina, nel 2010 un giovane gruppo di amici ha costituito **l'Associazione Ggravina Festina Lente**, impegnandosi a far conoscere in puglia e nel mezzogiorno questa nuova disciplina insieme alla promozione del territorio e della cultura sportiva.

«l'atletica non è mai statica e quindi la federazione ha accolto il trail come nuova disciplina non fondata sulla ricerca esasperata della performance, piuttosto sul benessere psicofisico degli atleti e sullo spirito di collaborazione e lealtà sportiva, alla base di questo sport che è soprattutto divertimento, oltre a rappresentare un prezioso volano per un turismo stagionalizzato e alternativo del territorio», ha commentato **Giacomo Leone**, consigliere nazionale fidal e coni.

Anche il **sindaco di gravina, Alesio Valente**, da sempre sostenitore del trail delle 5 querce, ha così commentato: "sembravano dei folli gli atleti della asd "gravina festina lente" quando, qualche anno fa, intuirono che i sentieri del difesa grande avrebbero potuto coniugare natura e sport, diventando al tempo stesso volano di crescita sociale. Il tempo ha dato loro ragione, e noi siamo orgogliosi di essere diventati compagni di avventura di questo gruppo di saggi folli."

Il **5°trail delle 5 querce**, in programma domenica 12 giugno, regalerà agli accompagnatori degli atleti una giornata di relax e visite guidate alla scoperta di un paesaggio incantevole, con iniziative dedicate a tutta la famiglia: **dal nordic walking al trekking, dallo yoga ai workshop per bambini sull'educazione ambientale**, gestite da associazioni gravinesi per manifestare la piena sinergia e identità murgiana. Il vero protagonista dell'evento, quindi, è la natura: **niente bottigliette di plastica o altri rifiuti lungo i percorsi**, con gli atleti che parteciperanno in **regime di autosufficienza**, e un regolamento di gara severissimo tutelerà la flora e la fauna dell'alta murgia.

A correre con gli atleti in gara e poi sarà **felicia**, brand del pastificio gravinese **andriani s.p.a.**, produttore di pasta biologica e senza glutine, eletta tra i principali sponsor della manifestazione. *«la nostra pasta, biologica e senza glutine è leggera e digeribile, ideale per chi conduce uno stile di vita sano ed equilibrato. In particolare, la pasta della linea legumi è ricca di fibre e proteine e di altri apporti nutrizionali preziosi alleati di chi fa pratica sport e cura la propria forma fisica. Da qui la scelta di essere sponsor di questa importante manifestazione sportiva, una gara podistica all'insegna della natura e dell'avventura, della quale condividiamo lo spirito e il messaggio»*, ha commentato **patrizia stano**, marketing communication manager di **andriani s.p.a.**

Il trail aderisce al programma ecologico "**corri senza lasciare traccia**" per il rispetto del bosco.

Per informazioni: <http://www.gravinafestinalente.net>