

## A Gola di Lago per la 41<sup>a</sup> volta

---

Sabato pomeriggio in Capriasca si corre la 41<sup>a</sup> Tesserete-Gola di Lago, 7 km e 494 metri di dislivello per la prima tappa della Coppa ASTi di montagna 2023

di Elia Stampanoni/USC

Sabato 6 maggio torna l'appuntamento primaverile con la Tesserete-Gola di Lago che, dopo le prime edizioni autunnali degli anni '80, si colloca da ormai diversi anni a maggio nel calendario dell'ASTI, Associazione sportiva ticinese. L'edizione numero 41 scatterà alle 16.30 dal piazzale ARL della stazione di Tesserete, per affrontare la strada che, chiusa al traffico a partire da Lelgio, dopo 7 km conduce all'arrivo posto ai 1'000 metri dell'Alpe Santa Maria di Gola di Lago.

In mezzo ci sono 494 metri di dislivello e una lingua d'asfalto che, inizialmente, supera di slancio Pezzolo, Odogno e Lelgio, prima di affrontare il muro finale, dal Ponte di Marca alla "bochéta", con le pendenze più importanti racchiuse in poco meno di tre chilometri. A livello di prestazioni resiste il 25'57" siglato nel 1992 dall'elvetico Andrea Erni, un tempo che solo lui stesso e il keniano Sammi Kipruto avvicinarono qualche anno dopo. Non lontano è arrivato Elhousine Elazzaoui in 26'47" nel 2019 e ad avvicinare i 26 minuti potrebbe farcela anche Roberto Delorenzi che, in grande forma, non si sa se sarà al via a causa dei suoi molti impegni anche a livello internazionale.

Pure al femminile il primato è di grande valore, con il 31'28" stabilito da Cristina Moretti nel 1995 e sfiorato nella scorsa edizione dell'italiana Gloria Giudici (31'33"), che potrebbe riprovarci quest'anno. Tra i favoriti per una vittoria ci sono Lukas Oehen (già primo in 4 edizioni) e Adriano Engelhardt (primo nel 2022), così come Paola Stampanoni al femminile. Ma la gara è soprattutto una festa dello sport, con i concorrenti a lottare con sé stessi, con il proprio tempo oppure con gli amici, a volte con il "semplice" ma non evidente obiettivo d'arrivare in cima, dopo gli ultimi 400 metri lungo la torbiera di Gola di Lago. Il numero record di partecipazione è del 2010, con ben 330 classificati, mentre in questi 40 anni al traguardo sono già giunti almeno una volta ben 2'368 sportivi, per un totale di 6'780 arrivi. C'è ancora chi la correrà per la prima, ma per tutti l'accoglienza sarà calda, con il *buff* ricordo e il "*pasta party*" offerto dall'USC dopo le premiazioni. In vetta i partecipanti troveranno i propri vestiti di ricambio, mentre per il rientro è organizzato l'autopostale, con partenza alle 17.30 circa, dopo il passaggio degli ultimi concorrenti. A Tesserete, alle 18.40 prima delle premiazioni, verrà riproposta pure la gara per i ragazzi (categorie **U12**, **U10** e **U8**) su un percorso di circa 600 metri, pure in salita.

La gara, da sempre organizzata dall'USC Capriaschese, è anche la prima prova valida per la Coppa ASTi BancaStato di montagna 2023 e rientra pure nella Settimana della corsa promossa dal Dicastero cultura, eventi, sport e turismo del Comune di Capriasca, che include pure la K4

Vertical della Croce del 1° maggio. Le iscrizioni sono possibili fino al 4 maggio online, ma saranno anche accettate sul posto il giorno della gara con un piccolo supplemento e entro le 15.30. Informazioni e iscrizioni: <https://uscatletica.ch>

Link:

Settimana della corsa in Capriasca: <https://www.visitcapriasca.ch/notizie/settimanadellacorsa>

ASTi: <https://www.asti-ticino.ch/asti-new/podismo>