

Diario Coast2Coast Agosto 2014

di Lorenzo Garavaldi

03/08/2014 Olmo - Parma - Ancona - Portonovo Tappa di avvicinamento

Oggi è Domenica: sveglia presto, si parte... Ho già preparato tutto ieri, il giorno che aspettavo da mesi è arrivato! Alla stazione mi accompagnano mia moglie Carmen e mia nuora Concetta e, mentre aspettiamo il treno, Concetta scatta delle fotografie che saranno pubblicate su whatsapp, nel gruppo che abbiamo formato per questa occasione e che si chiama Ancona/Orbetello, per condividere insieme i momenti del cammino. Dopo i baci e gli abbracci d'obbligo, parto alla volta di Ancona, dove arrivo verso le undici e trenta; poi prendo l'autobus che mi porta a Portonovo: bellissimo borgo proprio sul mare. Prendo possesso della mia camera in B&B, poi dopo un riposino, vado a visitare la chiesetta Benedettina di Santa Maria, che è anche il punto di partenza del C2C. Faccio una visita guidata molto accurata, anche perchè sono l'unico visitatore e la guida è tutta per me. Mentre parliamo spiego il mio programma per il giorno dopo. La guida mi dice che le sarebbe piaciuto fare un cammino simile, ha aggiunto anche che non era a conoscenza di questo percorso e soprattutto non sapeva che cominciasse proprio dalla chiesetta. Vado verso la spiaggia, ma stando attento a non toccare l'acqua: io e il mare non abbiamo un grande feeling! Rientro velocemente in camera perchè si sono alzati dei nuvoloni neri che non promettono niente di buono. Infatti appena arrivato si scatena il finimondo, un temporale coi fiocchi e riflettendo mi dico: "Cominciamo bene!", poi invece, nei giorni che verranno, ci sarà sempre un tempo bellissimo, contrariamente a quello che ho lasciato a casa, dove tutti i giorni pioveva. Ceno in un campeggio vicino e, anche qui, devo aspettare a rientrare perché piove a dirotto. Finalmente smette di diluviare, allora a letto presto, domani si parte.....

04/08/2014 Portonovo - Osimo 1° Tappa

Oggi è una bellissima giornata e si parte di buon'ora. Alle 6 sono già in strada, anche se ho perso un sacco di tempo per rimettere i vestiti e la piccola attrezzatura nello zaino. Non capisco perchè ieri alla partenza ci stava tutto, mentre questa mattina non riesco a rimetterli, l'esperienza insegna e il tempo per imparare non mi manca. Parto dalla chiesetta di Santa Maria di Portonovo, mi incammino per la mia prima salita scrutando il mare, poi l'abbandono per inoltrarmi nel vero cammino, quando arrivo al paesino di Camerano e, dopo una breve visita, procedo per Osimo. Dopo un po' che cammino, faccio per prendere il mio cappello della Croce Bianca, da sopra lo zaino, che mi sono portato come biglietto da visita del mio paese, ma non c'è più, l'ho perso! Sono appena partito e già perdo i pezzi. Lungo il tragitto vedo tantissimi campi di girasoli, non ne ho mai

visti tanti così! (da noi non ci sono, ne ho visti alcuni solo in qualche orto, ma al massimo cinque/dieci, non di più) e poi arrivando a Osimo sono cominciate le mitiche “ripide salite” che ritrovo a tutti i fine tappa, dal momento che tutti i paesi sono arroccati sul cocuzzolo delle montagne. Arrivato a Osimo, un signore mi si affianca e mi chiede dove sto andando, spiegato il tragitto, anche lui mi racconta delle sue camminate da giovane non per piacere, ma per lavoro. E' un tipo simpaticissimo, mi saluta e io arrivo al mio primo capolinea. Faccio il bucato, stendo e schiaccio un pisolino fino a pomeriggio inoltrato, poi visita alla città e cenetta in un bel ristorante: mangiato benissimo e speso poco. A proposito, in albergo incontro i primi due coaster Luz e Marinella, con cui scambio due chiacchiere, e parlando mi dicono che hanno visto il mio cappello che poi in seguito sarà notato anche da altri. Venuta la sera, in albergo mentre trascivo i miei appunti di viaggio, mi viene la bella idea di guardare la cartina per vedere il tragitto fatto: mi è venuto da piangere (scherzo), sembrava una goccia in mezzo al mare, dentro di me ho pensato: “ma chi me lo ha fatto fare.....va bè ormai che ci sono bisogna andare e allora andiamo”

05/08/2014 Osimo - Filottrano - Appignano 2° Tappa

Oggi seconda tappa e mezza, decido di allungare il percorso perchè ho visto che la tappa successiva non è molto lunga e allora scelgo di spezzarla e compiere il tratto rimasto collegandola alla seconda e alla quarta. Sveglia alle 5,30, solita preparazione e alle 6 già in cammino. Oggi sono riuscito a mettere tutto nello zaino quasi al primo colpo, (ma quanta roba ho portato !!) poi colazione al primo bar che incontro, perché partendo presto non faccio colazione, ma prendo un caffè al primo bar che incontro, dal momento che non riesco a mangiare niente fino a sera per problemi miei di testa e stomaco. Partenza per Filottrano, però mi dirigo subito per la provinciale, decido di non guardare il Musone perché ho un taglio sotto al piede che mi sono portato da casa e non vorrei che mi si infettasse e mi rovinasse il cammino. Tappa decisamente lunga per arrivare ad Appignano, però non molto pesante e anche scenografica, con strade che vedo dall'alto snodarsi per chilometri in un “dolce saliscendi”: sembra un lungo serpente. Arrivo a Filottrano alle 10, vado troppo forte, mi dico sempre di rallentare per godermi i paesaggi, ma è più forte di me non resisto, poi da solo...vado e non me ne accorgo. Arrivato, per prima cosa cerco una gelateria per una granita ma niente, solo gelati... va bè ripiego lo stesso. Faccio un riposino di un'oretta, poi riparto. Mi aspetta un'altra decina di km in salita, paesaggi bellissimi pieni di girasoli e casali abbandonati. Lungo il percorso un signore mi ferma e mi chiede: “Ma dove andate tutti con quegli zaini? In questo periodo passa tanta gente a piedi!”. Gli spiego del percorso che stiamo facendo, il Coast to coast da Ancona a Orbetello e lui risponde: “Ma di gente strana c'è n'è al mondo, lo sapete che hanno inventato le macchine?! Non capisco perchè la gente deve fare tanta fatica, mah!”. Arrivo all'agriturismo “Il Confine”, dove ho prenotato una camera. Faccio il solito rito bucato-doccia-riposino, poi nel tardo pomeriggio faccio due chiacchiere con i gestori del B&B, anche perché da

visitare non c'è niente: sono in mezzo alla campagna lontano da tutto. Parlando con loro scopro che abbiamo gli stessi hobby di volontariato. A sera pensavo di arrangiarmi per la cena perché avevo cibo nello zaino, essendo solo nella struttura non volevo disturbare, ma non c'è stato verso, mi hanno fatto una bellissima cena con tutto e di più e mi hanno trattato da re, e speso pochissimo (durante tutto in percorso sarà il posto dove sono stato meglio); quindi a letto presto: domattina altra tappa lunga.

06/08/2014 Appignano Treia - San Severino Marche 3° Tappa

Sveglia alle 5,30 e partenza, come al solito, alle 6,00. M'incammino e sento dei tuoni poco rassicuranti, si vedono delle nuvolacce nere che corrono più veloce di me per fortuna, perché mi superano e mi lasciano fortunatamente solo qualche goccia. Anche la tappa di oggi è particolarmente lunga, perché ho collegato la mezza tappa di ieri a quella di oggi: saranno in totale 34/35 km. Durante il primo tratto, una schiera di cani mi sta dietro e non mi sembrano contenti di vedermi, forse qualcuno ha anche pensato di fare uno spuntino, visto che la carne c'è, abbaiano e ringhiavano come matti, allora estraggo il mio dissuasore.....un coltello che sembra un macete! Lo tengo pronto, ma per fortuna i cani hanno desistito e se ne sono andati. Poco più avanti ho avuto un incontro più bello, mi imbatto in quattro signore che passeggiavano e allungando il passo, mi aggrego per una mezz'oretta e riesco a farmi interrogare sul mio Coast2Coast, sembravano molto interessate (le ho quasi obbligate) e ho fatto vedere loro anche la Guida. Giunti a un bivio, le nostre strade si sono divise e ho proseguito per Treia e sono arrivato al Santuario del SS. Crocefisso. Una visita e poi spuntino che divido con un cagnolino che, seduto davanti a me, sembrava che mi dicesse: "ma ti sei visto? Dallo a me quel Wafer....". Continuo e arrivo a Treia, mi fermo a fare rifornimento di acqua alla fontana e delle anziane signore, che mi hanno visto tutto sudato, mi fanno passare e naturalmente mi faccio interrogare. Visitina al paese e riparto alla volta di San Severino e dopo 3-4 km, in lontananza, vedo due coaster. Allungo un po' il passo (che era già lungo), mi avvicino e incontro Samantha e la mamma, che conoscevo solo tramite Facebook, come tutti gli altri Coasters. Ci presentiamo e continuiamo il cammino insieme, mi sono autoinvitato a camminare con loro. A passo più lento, ma decisamente più bello e a una marea di chiacchiere, facciamo quasi tutta la tappa insieme, tranne l'ultima ora dove loro si fermano per mangiare e io che non mangio, ma proseguo per San Severino. (Devo dire che io non sono un chiacchierone e ci metto tempo a legare con le persone nuove, ma in questi giorni sono diverso: attacco bottone con estrema facilità e senza fare fatica, sarà la solitudine o il Cammino??). Arrivo in paese alle 14 e 20, tardi per me, ma felice di aver fatto tante chiacchiere. Solito rito, poi a pomeriggio inoltrato visitina al paese, rincontro Samantha e la mamma. Decidiamo di andare a cena insieme, non me lo faccio dire due volte, così chiacchieriamo un altro po' anche perché penso di non rivederle più sul C2C.

07/08/2014 San Severino Marche - Pioraco 4° Tappa

Tappa bella lunga e tosta, solita partenza alle sei. La mattina è bella, ma soffia un vento freddo, quindi mi fermo subito e mi vesto adeguatamente: metto le maniche lunghe e sto meglio. Arrivato alle Gole di Sant'Eustacchio, che sono magnifiche, sembra di entrare nel film di Jurassic Park, già il paesaggio cambia la conformazione delle montagne: da colline dolci si passa a pareti ripide quasi di botto e si comincia ad arrampicare su una lunghissima salita fino a metà del percorso di oggi. Si sale lungo un torrente con fondo molto sconnesso. Anche le grotte sono bellissime, peccato siano chiuse e si vedono solo dall'esterno. Salendo si arriva ad un bivacco non gestito, infatti si vede: è pieno di ogni Si continua per un saliscendi fino a che arrivo ad un bar, avevo proprio voglia di mangiarmi un ghiacciolo, infatti ne mangio due. Riposino, poi si riparte. Mancano pochi km forse 5-6. Arrivo in mezzo alle gole dove è situato Pioraco e, neanche a farlo apposta, è una delle uniche città da cui ci si arriva senza fare una salitaccia spacca cuore. Chiedo informazioni ad un podista, dal momento che il GPS in mezzo a queste gole faceva i capricci e lui mi fa fare il giro lungo e quindi, il mio arrivo in piano, si trasforma in una salitaccia spacca gambe (almeno 300 gradini! Se lo ritrovo me lo mangio!!!), dove è posizionata una croce da cui si vede tutta la città dall'alto. Devo ammettere che la vista da questo punto è impagabile: una cittadina meravigliosa! Quindi ridiscendo e arrivo al mio albergo, proprio all'uscita del paese, da dove dovrò partire domani. Oggi il GPS mi dice che ho fatto 29 km. Solito rito, poi faccio un giro in città, gelato e farmacia per prendere qualcosa per il mio taglio sotto al piede. Qui il farmacista, appassionato di cammini, mi interroga e vuole sapere tutto del percorso anche se aveva già parlato con altri coasters passati prima di me. Oggi alloggioro in un alberghetto un po' spartano, ma con gente gentilissima, mi hanno messo a disposizione tutto: una bella cena poi, molto carini, mi hanno anche offerto il bere di quando sono arrivato e quello per il giorno dopo.

08/08/2014 Pioraco - Nocera Umbra 5° Tappa

Tappa abbastanza bella, non molto faticosa e con una decina di km praticamente in piano: alla partenza 12 km in salita e poi 6-7 in discesa. M'incammino costeggiando un fiume che alimentava le cartiere, poi mi stacco e comincio a salire un bel pendio, ma fortunatamente senza strappi o forti pendenze. Arrivato sul Passo, al Rifugio di Monte Alago, mi faccio i soliti "bif" e una bibita ghiacciata con un bel riposino (qui siamo sul punto più alto del C2C, 950 mt). Poi via giù a tutta velocità in discesa, i panorami sono bellissimi e si vede molto lontano, ma non ho più incontrato nessuno e allora via dritto a Nocera, dove sono arrivato alle dodici e trenta. Giunto in albergo, dopo i miei riti, faccio un giro in città e incontro una coppia di ragazzi. Li ho visti con lo zaino e li ho interrogati. Mi dicono che stanno facendo lo stesso percorso del C2C, ma non erano in contatto facebook, lo facevano con la tenda e pentolini vari. Poi mi hanno raccontato di aver trovato un

signore morto nelle Gole di Sant'Eustacchio, ecco perchè ieri le ho trovate chiuse, la polizia le ha chiuse per riievi. Oggi alloggjo in un albergo proprio all'entrata della città, anche troppo sofisticato e decido di non mangiare lì perchè c'è una festa in paese e, trovato un ristorantino caratteristico, entro e mi faccio una scorpacciata di pasta, poi una bella pizza. Ho una fame tremenda, mangio solo di sera..... Tornato in albergo mando un messaggio a Simone Frignani per chiedere se mi esentava dalla tappa Nocera-Assisi visto che l'avevo già fatta tempo prima. Mi arriva una risposta affermativa, ma il mio era solo uno scherzo e certamente non mi voglio sottrarre alla fatica, quindi a letto presto perchè quel percorso lo conosco ed è bello tosto.

09/08/2014 Nocera Umbra - Assisi 6° Tappa

Questa è la tappa più dura di tutto il percorso secondo la guida, è la più lunga e quella con il maggior dislivello in salita. La conosco bene perchè l'ho già fatta. Adesso vi spiego come è avvenuto il mio approccio al C2C. Verso gennaio-febbraio ho deciso che quest'estate avrei fatto il cammino di Santiago de Compostela e più precisamente La Via Della Plata. Ho cominciato ad informarmi, ho comprato la Guida e mi sono iscritto a vari gruppi di cammini su Facebook. Ho guardato su internet e ho parlato con gente che ha fatto cammini. Con tutti questi interessamenti sono venuto a conoscenza di tantissimi altri Cammini Italiani e ho potuto constatare che non abbiamo nulla da invidiare ad altri cammini oltre confine. Nel comprare la Guida della Via Della Plata, ho visto che "Terre di Mezzo" pubblicizzava una Guida Italia Coast To Coast, la quale passava proprio da Assisi. Io a marzo dovevo andare a fare un weekend proprio in quel luogo, allora ho deciso di abbassare il tiro: da mille km passare a quasi la metà così la Carmen, mia moglie, sicuramente sarebbe stata più contenta. Ordino la Guida perché ancora non ce l'avevano e mi iscrivo al gruppo C2C, dove conosco Simone Frignani in "Papà del Cammino". A fine marzo parto per Assisi con amici, mio figlio con la moglie e la nipotina, così il sabato mattina mi faccio portare a Nocera Umbra per provare la tappa Nocera-Assisi. E' una notte spaventosa, ha piovuto continuamente e intensamente tutta la notte anche mentre mi spostavo verso Nocera e, per dirla tutta, mi ero dimenticato l'impermeabile, avevo solo il kway, ma non potevo rimandare, visto che il giorno prima ho dichiarato ai quattro venti che sarei andato a provare la tappa. Mi sono arrivati decine e decine di messaggi di incoraggiamento dal gruppo C2C e da tanti altri sconosciuti. Simone Frignani anche lui mi ha mandato un messaggio con il suo n. telefonico dicendomi che sarei stato il primo a provare ufficialmente una tappa e quindi, per qualsiasi cosa o difficoltà, lo avrei potuto contattare in qualsiasi momento. Dunque avrei potuto non andare? Io certamente no, ormai mi ero dichiarato, quindi parto con mio figlio in macchina e lungo la strada acqua a palate, dentro di me mi son detto "ma chi me lo fa fare!!!". Arrivo a Nocera e finalmente smette di piovere. Qualcuno mi ha sentito quindi parto senza pioggia, ma era sempre lì pronta in agguato, ma con un fondo da paura.... Pieno di fango e prati bagnati. Quella tappa mi ha fatto innamorare e mi ha

fatto decidere che quest'estate il C2C sarà mio!!). Torniamo alla nostra tappa di oggi. Partenza sempre alle sei, sono anche più tranquillo perchè conosco la strada e non ho paura di perdermi. Ripercorro i sentieri con una giornata splendida, arrivo a Villa Postignano, dove mi aspetta una salitaccia che non finisce mai, però oggi è più pulita di qualche mese fa che era piena di fango e rami (stavano disboscando). Finita la salita, mi aspetta un tratto sull'asfalto, poi un'altra salita bella ripida che mi porta verso il Passo del Termine. Qui entro in un sentierino in mezzo agli arbusti e mentre cammino sento un rumore dietro di me, mi fermo, mi giro e vedo un cinghiale fermo sul sentiero, che mi guarda. Neanche a dirlo mi sono quasi addosso. Sono rimasto fermo una decina di secondi, poi piano piano il cinghiale si è girato ed è tornato nella macchia e io ho alzato la mia media di cammino, sono sceso con il turbo sotto ai piedi. Arrivato ad un ponte, faccio sosta e stendo i miei panni perchè erano bagnati. Riparto dopo aver scambiato quattro chiacchiere con due ciclisti in mtb che si sono fermati anche loro per una sosta e non trovo più grandi difficoltà, parte un'altra bella salita. Altra piccola sosta a Costa Di Trex dove c'è una bella chiesetta, rifornimento di acqua e via per l'ultimo tratto. Non me lo ricordavo bene, ma molto bello, con sentierini stretti immersi nei boschi che quasi si arrampicano sulla montagna, dove non ne esci fino a quando arrivi ad Assisi. All'arrivo, mi dirigo verso la Basilica di San Francesco e lungo il centro mi concedo due soste per un paio di granite. Arrivato in Basilica, visita di rito anche se l'ho già vista almeno quattro volte, è sempre magnifica. Poi tiro fuori la prenotazione per la mia camera e leggo: Fontemaggio. Chiedo e mi dicono che ci saranno 4 km e pensare che ci sono quasi passato davanti, infatti devo ripercorrere tutta la città da dove sono venuto, uscire da Porta Dei Cappuccini, poi due-tre km in salita fuori Assisi ("chi non ha testa, ha gambe", questa frase me la sono detta parecchie volte in questo cammino). Stasera non sono uscito visto la distanza dal paese, per fortuna si cenava nell'albergo e ho ritrovato i due ragazzi di Nocera Umbra con i quali ho fatto quattro chiacchiere.

10/08/2014 Assisi - Gualdo Cattaneo 7° Tappa

Solita partenza alle sei (sono sempre partito alle sei tranne l'ultimo giorno, un quarto d'ora venti minuti prima, chi prima parte prima arriva....). Primo pezzo in discesa passando davanti a San Damiano. Anche questo è una perla, già di mattina presto ci sono dei visitatori, però c'è un grande silenzio, è un posto stupendo. Mi rincammino, la tappa di stamattina è quasi tutta in piano senza grandi bellezze, in compenso gli utimi sette-otto km, per arrivare a Gualdo, sono una faticaccia immensa. Prima tappa: Cannara, dove mi gusto una granita enorme, poi provo a mangiare una pasta e, come già sapevo, sto male e me ne devo liberare. Riparto e, come se non bastasse, oggi ne ho fatte altre due delle mie riguardo al camminare senza testa. Prima, arrivato in prossimità di un torrente, sono salito sull'argine e mi sono incamminato. Vedevo che l'erba era alta, era pieno di razze, però c'erano i segni di qualcuno che era passato prima di me, ho detto: "va bè, andiamo

avanti”, anche il GPS mi diceva così. Dopo un bel pezzo mi trovo l'argine sbarrato con un canneto impenetrabile e mi è venuto un dubbio. Tiro fuori la Guida di Simone e leggo: Oltrepassare il ponticello, poi andiamo subito a destra su un tratturo che costeggia il canale (che rimane alla nostra destra). Cavolo! Mi sono fidato del GPS e guardo il canale ed è proprio alla mia sinistra, mi morsico la lingua e torno indietro. La seconda mia l'ho fatta e l'ho pagata con una faticaccia. Mi dovevo fermare all'agriturismo il Rotolone, che si trovava circa due km prima di Gualdo, ed era una modifica del percorso originale, che toglieva una ripida salita e accorciava un pò il percorso. Avevo sia il cartaceo che la traccia GPS modificata, però non l'avevo inserita né letto la stampa, allora vado, vado e mi trovo davanti Gualdo. Sono rimasto basito, non ho visto l'agriturismo il Rotolone e quindi mi sarei dovuto fermare anche prima del paese. E' proprio vero: “chi non ha testa ha gambe!”. Telefono all'agriturismo e il proprietario si offre di venirmi a prendere. Accetto di buon grado un passaggio, questa è l'unica volta che salgo in macchina durante tutto il percorso: 2km. Il posto è molto bello e tranquillo, una bella cenetta in compagnia di due coppie di turisti di Milano sotto ad un bel terrazzo con vista fino ad Assisi.

11/08/2014 Gualdo Cattaneo - Todi 8° Tappa

Alla partenza mi rifaccio i due-tre km che avevo fatto anche ieri, arrivo a Gualdo. Visitina e non c'è nemmeno un bar aperto per un caffè, una sbirciata al paese e via alla volta di Todi. Bellissima tappa: campagna stupenda e tantissime distese di girasoli, ovunque vedi giallo. Arrivato a Collesecco, leggo la Guida che mi consiglia una piccola deviazione per visitare Marcellano, un piccolo paesino rimasto ancora come forse 100 anni fa, merita veramente di essere visto. Riparto e faccio tappa in un paesino piccolo, Torri, quattro case una chiesa e un Conad bar trattoria in cui mi fermo alla ricerca di ghiaccioli. Entro nel negozietto, c'erano quattro signore che tutte insieme superavano sicuramente i tre secoli, facevano compere, ma chiacchieravano come fossero al bar o dalla parrucchiera. Quando mi hanno visto, mi hanno fatto passare subito, ho pensato: “Qui puzza troppo e non mi vogliono in fila con loro”, tra l'altro anche quando sono pulito lo zaino puzza come una capra. Ho provato a lavarlo ma non c'è stato niente da fare. Fuori dal negozio mi siedo in panchina, mi mangio i miei ghiaccioli e un'anziana si siede vicino a me. Mi interroga dicendomi anche lei che ultimamente ha visto altre persone passare di lì a piedi con gli zaini, cosa strana per un posto del genere. Ripartenza, passo la chiesetta e via in salita addentrandomi in boschi, su sentieri bei ripidi, passo una vecchia Cava abbandonata. Una seconda sosta l'ho fatta arrivando a San Damiano, anche qui c'è un parcheggio con panchine e fontana con acqua ghiacciata, una mezz'oretta steso e guardando la guida scopro che in questo paesino siamo a metà percorso. Si intravede già Todi, ma si vede anche che, per arrivare in città, bisogna arrampicarsi e oggi il sole non aiuta, è bello caldo. Arrivato ai piedi dell'ultima salita, la guardo e penso: “cavolo, qui non basta il mio riduttore, ci vorrebbe anche una spinta”, mi faccio coraggio e

parto. Ho fatto almeno 10 fermate prima di arrivare in cima al paese, dove mi fermo e mangio un gelatone al primo Bar, poi granite al secondo e, per la prima volta, granite con frutta fresca che sapevo già dove prendere, perchè Luisa e Massimo me lo hanno scritto su facebook dal momento che io postavo dei ghiaccioli e gelati a ripetizione. Allora decido che le granite sarebbero state due (vengo poi a sapere che qualche coaster in bici, sulla salitona per Todi, hanno fermato un pullman e sono saliti caricando le biciclette. Per questa "debolezza" erano disposti a subire una penale da scontare alla fine del viaggio), bellissimo paese. Arrivo in albergo, solito rito, riposino più lungo, poi visita alla città piena di turisti. Anche qui mi sono concesso una cenetta coi fiocchi, anche perchè dovevo arrivare alla sera del giorno dopo, quindi dovevo riempire il serbatoio ben bene. Devo dire che mangiavo solo alla sera, ma in più di quattrocento chilometri alla fine sono dimagrito solo due chili e mezzo, forse troppi gelati?

12/08/2014 Todi - Civitella del Lago 9° Tappa

Todi-Civitella, una tappa molto bella per me, piena di boschi dove si sta belli freschi, non molto lunga, anche se ci sono salite con la ridotta. La prima sosta la faccio ad Asproli, mi siedo davanti a una cappelletta e faccio la solita telefonata a casa. Devo aspettare l'orario giusto, altrimenti sveglio la Carmen, chiamo tutte le mattine alle 8,30/9. Telefono per far sapere che ci sono ancora e per tastare l'umore: non si sa mai che la Carmen si trovi troppo bene e decida di non venirmi a prendere ad Orbetello, anche perchè prima di partire le ho detto: "Amore io vado e se ti trovi bene senza me mi lascerai a Orbetello", ma dalle telefonate sembra che per adesso sia ancora decisa a venirmi a prendere. Riparto per la tappa e arrivo ad Aqualoreto. Come arrivo in paese guardo e vedo il bar chiuso: "cavolo oggi niente gelati!", allora visito la parte vecchia del paesino, dove erano pronte delle bancarelle per un mercatino di roba vecchia, carino. C'era da fare lo slalom in mezzo ai vicoletti. Decido di ripartire, non faccio neanche 200 mt che trovo un Bar circoletto aperto. Seconda sosta: entro e prendo un cappuccino e di seguito due Calippi (non avevano Bif). Mi sono seduto su di una panchina e ho osservato i clienti. C'erano due turisti stranieri perfettamente a loro agio: sembrava che avessero sempre passato le loro ferie in quel luogo, poi è passato il postino che si è fermato a fare due chiacchiere e altri due pensionati, marito e moglie, che sono venuti a fare colazione. Proprio una vita da paesino di collina: tutti amici! Provo a ripartire per la seconda volta e stavolta ci riesco. Una bella salita e arrivo a Morrucce, un paesino splendido rimasto come cento anni fa, però (strano) non ho visto anima viva, che non sia un paese fantasma?! No, ma si vede che sono passato proprio nel momento dove tutti erano in casa. Proseguendo, appena fuori dal paese ci sono delle villette splendide, che fortuna abitare in un posto così in mezzo alla natura con paesaggi splendidi! Ora si riparte e non mi fermo più, solo più avanti in un bosco davanti a certe fessure da cui esce un'aria, anzi un vento ghiacciato, senz'altro ci saranno delle grotte sotto alla montagna dove circola dell'aria che esce proprio di fianco al sentiero producendo un effetto

“climatizzato”, anche troppo. Proseguendo per il sentiero, vedo un biglietto quasi invisibile attaccato ad un rametto in mezzo al sentiero. Impossibile non notarlo, dovevo per forza passare di lì e quindi ho pensato: “ma chi è quello che mette biglietti qui in mezzo al niente?”. Mi avvicino e leggo: “Ciao Lorenzo Garavaldi, sei quasi arrivato! Un saluto Stefi e Max”. Alla vista del biglietto, con i saluti e gli incitamenti scritti proprio per me, mi si è gonfiato il cuore, è stato un pensiero bellissimo e mi ha alleviato tutta la fatica fatta fino a quel momento e uno sprint per quella successiva. E' stato bellissimo che qualcuno si sia ricordato di te: noi del C2C siamo sempre stati in contatto tramite facebook, ma non conoscevo nessuno tranne la Samantha e sua madre, che avevo incontrato qualche giorno fa. Riprendo la camminata alla volta di Civitella, arrivo in paese proprio dal bel vedere e mi fermo nel bar dei signori Trippini, che praticamente monopolizzano tutto il paese: albergo, ristorante, market ,bar e pizzeria è tutto targato Trippini. Persone gentilissime, dove ho mangiato una pizza buonissima, con una vista mozzafiato sul lago di Corbara, dove anche gli altri coasters hanno fatto una foto col tavolino della pizzeria e sullo sfondo il lago. Qui incontro nel bar un ragazzo con lo zaino, che poi riincontrerò più avanti in compagnia di amici.

13/08/2014 Civitella Del Lago - Orvieto 10° Tappa

Partenza sempre presto alla volta di Orvieto. Oggi una tappa decisamente facile, con solo qualche salita e quelle poche non ripide, con scarse possibilità di errore. Si costeggia un po' il lago, poi giù sotto alla diga per poi riprendere la strada in salita, molto in falsopiano. Qui vado via spedito, bei paesaggi fino a 14-15 km dalla partenza, poi diventa un pò più monotona e si intravede, per un bel pezzo, Orvieto adagiato sopra ad un enorme masso che mi ricorda la nostra Pietra di Bismantova a Castelnuovo Monti, Reggio Emilia. Il mio pensiero è stato subito quello che, nell'ultimo tratto, sarei morto per la salita alla città, ma qui il nostro Simone Frignani ci ha graziato consentendoci di usare la funicolare, che dalla stazione sale fino in città. Sono arrivato al primo svincolo, prima della periferia di Orvieto, dove il gps mi diceva di andare a sinistra. Ho intravisto sulla destra, a qualche centinaio di metri più avanti, un distributore con un bel bar, allora ho deciso di fermarmi per una tappa gelati. Riprendo la strada e arrivo in stazione, faccio i biglietti e salgo sulla funicolare. Guardo gli altri passeggeri che, essendo al chiuso, avranno notato o devo dire sentito la capra che mi porto sulle spalle, fortunatamente il percorso è stato breve. Orvieto è bellissima, un posto stupendo, un Duomo che toglie il fiato e pieno di turisti da tutti i Paesi, una marea di gente. M'incammino per cercare il mio posto di fine tappa, attraverso tutta la città e scendo dalla parte opposta e arrivo ad un B&B splendido, proprio sotto le mura, con una discesa da paura che poi si tramuta in salita. L'ho fatta per ben due volte: una alla sera per andare a mangiare e l'altra alla mattina dopo alla ripartenza, mi sono risparmiato la prima salita con la funicolare, ma ho pagato quella dalla parte opposta .

14/08/2014 Orvieto - Bolsena 11° Tappa

Oggi la tappa Orvieto Bolsena, un pò corta ma bellissima, poi l'arrivo è in discesa, cosa difficile su questo coast to coast dove, a fine tappa quando sei stanco, ci sono sempre le arrampicate per arrivare in città. Partenza alle sei, subito la salitaccia, poi giù dalla Dritta del Marchigiano, dove alla fine c'è un bar, prendo un cappuccino e poi sono tentato di farmi un "bif", ma penso: "Se mi prendo un "bif" adesso, a quest'ora qui, chiamano il recupero matti e mi fanno portare via: sono le sei e mezza! Forse un pò presto, allora desisto e riparto. Finito una dritta, ne comincia un'altra ma in salita. La Dritta del Tamburino ha il nome proprio giusto: è una strada in salita dritta e lunga che non finisce mai, che dalla periferia di Orvieto ti porta in mezzo ai boschi e a un posto fuori dal tempo. La strada è una vecchia via etrusca e in alcuni tratti, fuori dall'abitato, si calpestanto ancora le pietre levigate dall'usura del passaggio, che si conservano ancora bene, fino a terminare a una località chiamata il Sasso tagliato, una roccia scavata a mano per facilitare il transito di allora. Chissà quante persone e pellegrini sono passati di lì! Quanti agguati di banditi in quei boschi così fitti! Percorrendo la strada nei boschi, mi trovo in una radura, dove sulla sinistra del sentiero c'è un gregge di pecore, scavalco lo steccato senza troppe difficoltà visto che è basso e vado a fotografare le pecore. Non l'avessi mai fatto, mi rincorrono due Pastori Maremmani che non erano per niente d'accordo della mia intrusione. Io esco dal recinto e, senza correre, m'incammino dopo aver tirato fuori il mio coltello, l'ho aperto e l'ho tenuto in mano pronto per ogni evenienza. Mi sono arrivati dietro tutti e due inferociti come se volessero mangiarmi, uno dopo due trecento metri abbandona, mentre l'altro sempre più arrabbiato mi stava a due-tre metri ringhiando e abbaiando. Mi ha accompagnato almeno per un paio di km prima di capire che non volevo rubare le sue pecorelle. Ho capito che non le devo importunare, mi è servito da lezione. Finito i cani, cominciano i moscerini, oggi sono particolarmente aggressivi, sarà una giornata così! Oggi il cielo è un po' coperto, si cammina molto bene, poi è anche ventilato, il meglio che mi potesse capitare. Piano piano arrivo a Bolsena tranquillo ed è tutta in discesa, forse l'unica tappa insieme ad Assisi. Come arrivo, sulla destra trovo subito un bar e mi concedo la solita sosta con riposino, poi mi dirigo alla Pensione Italia, proprio nel centro storico, lungo il corso principale. Una stanza molto spartana, coi servizi in comune. Parlando con la signora, mi dice che quella sera devono arrivare altri tre coasters che percorrono il C2C e mi chiede se li conosco, ma non mi viene in mente niente di tre persone. Il solito bucato e un riposino più lungo, perché domani e dopodomani devo affrontare le tappe più lunghe. Per inglobarne una in due, faccio tre tappe in due giorni. Quando mi sveglio, vado a fare un po' di rifornimenti per il giorno dopo e faccio due passi di visita a Bolsena e al suo Lago, molto bello e con molti turisti. Soliti gelati del pomeriggio e rientro in Pensione dove conosco i tre camminatori dei quali mi chiedeva la signora. Uno era proprio quel ragazzo incontrato a Civitella del Lago a cui non avevo chiesto niente. Si era incontrato con amici che venivano da

Perugia ed erano diretti a Orbetello passando da Saturnia, non erano partiti da Portonovo ma da Perugia. Poi abbiamo fatto compagnia alla signora della pensione, che si sentiva sola e ci ha fatto chiamare per fare due chiacchiere. Poi in serata abbiamo deciso di andare a cena tutti e quattro assieme, una tavolata di coasters. Bella e buona cenetta consigliata dalla signora che gestisce la pensione. Subito eravamo chi va là pensando che ci avesse mandati in un posto costoso, invece no, abbiamo mangiato bene e speso poco.

15/08/2014 Bolsena - Onano - San Quirico 12° Tappa

Oggi mi faccio la tredicesima e metà della quattordicesima tappa. Sono partito un quarto d'ora prima, devo ancora capire perchè parto così presto, ma forse un giorno lo scoprirò. Mi sono mangiato subito il quarto d'ora di anticipo sbagliando strada, sono andato a finire in mezzo ad un vigneto senza uscita e, sempre per lo stesso motivo, ho guardato solo il GPS e non la Guida di Simone, di conseguenza quando ci sono sentieri ravvicinati è facile sbagliare. Arrabbiato (con me), torno indietro e con la Guida alla mano imbocco il sentiero giusto seguendo la via Francigena. Io mi aspettavo di incrociare altre persone che percorrevano la via, perché leggendo i post su facebook, ho letto che passano in molti di qui, ma non conoscendo il percorso Italia coast2coast ci fanno notare che camminiamo in senso sbagliato. Posso capire perchè non ho incontrato nessuno: parto troppo presto e la tappa di oggi è solo metà in comune con loro e quando io arrivo e lascio la Francigena, forse stanno partendo dall'altra parte. Il pezzo di Francigena in comune è segnata benissimo e con tanti cartelli, poi ogni tanto ci sono dei punti di riposo con tavoli e panchine. Mi dico: "Noi del C2C siamo diversi? Siamo da meno?", penso proprio di no! Ma mi è rimasta in gola. I paesaggi sono sempre bellissimi, si vede il lago per molta strada, è sempre lì sullo sfondo. Prima Tappa: Grotte di Castro, dove trovo una bella fontana all'entrata del paese. Mi do una lavata in previsione del bar e riparto. Dopo mi accorgo di aver lasciato gli occhiali alla fontana, per fortuna avevo percorso solo poche centinaia di metri e ritorno sui miei passi. Oggi non è giornata, sosta bar: Ghiacciolo e acqua ghiacciata, poi via di corsa verso Onano, dove faccio una sosta di un'oretta e pausa bar. Poi ne approfitto per fare un pò di pubblicità alla Guida del C2C. Hanno fatto lo sbaglio di chiedermi dove stessi andando, visto che ero con lo zaino, ed è stata la loro rovina: non la finivo più! Sicuramente la prossima volta staranno più attenti a chiedere. Mi rimetto in cammino verso San Quirico, dove ho prenotato una stanza che non voleva nessuno (con una finestrella a 3 metri dove non si vede fuori, ma per me va bene lo stesso. Devo dire che adesso sto facendo più fatica con le prenotazioni; più mi avvicino ad Orbetello più faccio fatica a trovare posto per dormire. Arrivato alla fine della tappa rinuncio all'escursione a Vitozza, oggi ne ho fatti abbastanza di km, poi mi sono pentito guardando degli opuscoletti in albergo: sarebbe stata una bella escursione tanto ero arrivato prestissimo. Bella cena, poi un giro in paese dove c'era la festa del polletto di San Quirico e si ballava pure quindi, con le lacrime agli occhi, sono rientrato (a

me piace un sacco ballare e non perdo occasione per farlo, ma qui con gli scarponi non mi è sembrato il caso). Via a letto presto, perché anche domani supertappa lunga.

16/08/2014 San Quirico – Sorano – Pitigliano 13° Tappa

Partenza alle sei come al solito e noto che dall'inizio le giornate ora sono più corte e a quell'ora ci si vede sempre meno. Oggi è stata una giornata perfetta: sono in piena forma, vado come un treno, non ho dolori, niente arrossamenti o vesciche e non mi stanco. Non mi è mai capitata una mattina di non aver voglia di partire, sto veramente bene. M'incammino e dopo poco mi vedo venire incontro una persona che correva con le sue braghette e scarpette da ginnastica. Quando ci incrociamo, si ferma e mi dice: "Tu stai facendo Ancona Orbetello?" lo rimango perplesso e gli rispondo con una domanda: "Come fai a saperlo?". Mi dice che sta facendo anche lui lo stesso itinerario. Mi viene spontaneo chiedergli: "Ma lo zaino dov'è? E poi lo avverto che sta andando nella direzione sbagliata, Orbetello è dall'altra parte!!! Ci presentiamo e mi spiega che lui, Maurizio Denna, con il suo amico Massimo Toaldo (il Max del bigliettino), sta facendo il percorso, ma a Max piace dormire, fare colazione con comodo e fino alle otto e mezza-nove non si parte. Allora si va a sgranchire le gambe prima di partire per la tappa del giorno. Dentro di me dico: "Ma questo è un mostro! Prima fa footing, poi si fa trenta km così come se niente fosse....". Ci salutiamo e riparto con la speranza di rincontrarci più avanti dal momento che facciamo la tappa nella stessa giornata, anche se io parto tre ore prima. Arrivato a Sorano di prima mattina, in paese non c'è quasi nessuno, trovo un bar aperto, mi tolgo lo zaino e lo appoggio davanti al bar sopra ad una sedia. Entro per un caffè e gelatino, esco per ripartire e mi trovo due Coasters che stanno facendo il percorso in bicicletta, avendo visto il mio zaino si sono fermati per vedere se fossi uno dei coaster del C2C. Sono Serena Trotti ed il marito Mauro. Abbiamo fatto quattro chiacchiere, ci siamo raccontati alcune vicende, compreso quella di stamattina di Maurizio e Max, poi siamo ripartiti alla volta di Sovana, io a piedi loro in bicicletta. Scendendo verso il torrente Lente, ho perso un sacco di tempo. Una via splendida, irreali. Ho fatto decine di fotografie a viottolini e case magnifiche, anche questo posto si è fermato a centinaia di anni fa. Dopo il torrente mi immetto subito nella prima via cava: la Via Cava di San Rocco, è uno spettacolo! Immagino una moltitudine di persone a scavare e penso alla fatica che avranno fatto! Non si sa dove guardare, è tutto da fotografare e il tutto termina nei pressi di una chiesetta dedicata a San Rocco. Altro paesaggio con il suo fascino, è quello prima di Sovana, ci si immette in un vigneto, che si perde a vista d'occhio, ovunque guardi ci sono dei filari di vite, tutti infilati e numerati. Leggo dei numeri: 600 e ne avevo visti altri prima. Via via che avanzo i numeri calano fino ad arrivare a zero, poi riprendono dopo l'azienda e continuano a perdita d'occhio. E' il vigneto della tenuta Aldobrandesca dei Conti Antinori. Poco dopo arrivo a Sovana, un paesino tipico del posto, che però conosco già, perché ci sono già stato altre volte. Posso dire che da qui in avanti conosco tutti i luoghi, li ho frequentati

negli anni, ma arrivarci a piedi da un'altra visuale è tutta un'altra cosa. Prima visita: chiesa di Pietro e Paolo, bellissima, poi entrata in paese. Come arrivo il primo bar è mio, solito menù, poi arrivo nella piazza principale e chi ritrovo? Ancora Serena e Mauro incontrati qualche oretta prima a Sorano. Loro stavano ripartendo e io ero arrivato, mi dicono: "Allora è vero, hai il teletrasporto!!" Rispondo: "Sì, ho il teletrasporto, non riesco a resistere, io devo andare..... Ci salutiamo un'altra volta riproponendoci di incontrarci ad Orbetello, dove arriveranno anche Lisa e Massimo, altri due Coasters che mi anticipano di un giorno e anche loro hanno pensato di passare qualche giorno di relax al mare. Riparto da Sovana in direzione Pitigliano, anche qui paesaggi da favola! Ad un certo punto arrivo e mi trovo la città ad un tiro di schioppo e mi sono detto: "Ma come...già arrivato?!" No, è uno scherzo, infatti il GPS mi dice di girare a destra e mi allontanano, a malincuore, ma questa deviazione è necessaria per passare dalla via cava di San Giuseppe. Anche questa, inutile dirlo, stupenda e più lunga. Percorsa tutta la via cava, arrivo ai piedi di Pitigliano, dove anche lì c'è una indicazione per un'altra via scavata nel tufo: cava Fratenuti, ma questa la prenderò il giorno dopo perchè è sulla prossima tappa. Mi aspetta una ripida salita, anche questa scavata nel tufo. Arrivando in cima lo spettacolo è simile a Sorano, infatti si assomigliano molto come disposizione. In cima al paese fermata bar, poi via all'albergo appena fuori le mura, da dove di sera, guardando la città illuminata, si gode uno spettacolo magnifico. Terminato il riposino, faccio la solita visita turistica ma il paese è in lutto, proprio ieri è stato ucciso il figlio del sindaco, che era un giornalista, inviato di guerra. Mentre ritorno all'albergo chi incontro? Maurizio e Max, anche loro appena arrivati. Scambiamo quattro chiacchiere, ma poi ci lasciamo perchè avevano ancora un po' di strada da fare avendo prenotato il pernottamento fuori Città.

17/08/2014 Pitigliano - Manciano 14° Tappa

Stamattina si parte per Manciano. Ripercorro il paese e torno da dove sono salito ieri, cioè per il sentiero scavato nella montagna di Pitigliano, per arrivare al fiume che dà accesso all'altra Via Cava di Fratenuti, che ho visto ieri. Come dicevo prima, la mattina è sempre più buia e, ripercorrendo questa via che scende da Pitigliano, tutta al buio in mezzo alla montagna, piena di grotte e buchi mi vengono mille pensieri: qui se esce un animale non hai possibilità di fuga, sei stretto fra due pareti, con un passaggio di due-tre metri. Va bè, sono arrivato giù in strada, non è uscito nessun animale e nessun bandito e, uscendo dal bosco e dalle gole, è aumentata anche la luce. Arrivo al fiume e cerco il passaggio che mi ricordavo fosse a sinistra, avendo dato una letta alla guida prima, ma non vedo l'imbocco del sentiero dall'altra parte del torrente. Guardo a destra e vedo un bel sentierino e ho pensato: "sarà quello, poi gira a sinistra...chiaro". Rileggo, quindi provo a passare e, neanche a dirlo, finisco con un piede in acqua. Poi torno indietro perchè il sentierino finisce subito dietro a una roccia, quindi devo ripassare dall'altra parte, perchè non si riesce a costeggiare il torrente, non c'è spazio. Poi riprovo e trovo il sentiero, strano, si trovava dove

diceva la Guida, come al solito aveva ragione. Non avevo valutato bene la profondità e i sassi erano pochi, quindi: piedi bagnati piedi fortunati! Lungo la cava Fratenuti, forse la più bella, scatto un mare di fotografie. E' proprio bella! Proseguo e arrivo ad una strada asfaltata che prosegue in falsopiano, primo bar che incontro è fortunatamente aperto, anche qui ghiaccioli a volontà. Forse nel mio Coast2Coast ho speso più in gelati che in tutto il resto. Ripreso il viaggio, passo di fianco ad un gregge e me ne guardo bene di andare a fotografare le pecore, però i due maremmani di guardia hanno pensato lo stesso di venire a controllare, ma diversamente da quelli trovati dopo Orvieto, non mi hanno fatto sentire la loro voce. Non hanno neanche abbaiato una volta, erano buonissimi. Uno è tornato al suo gregge, ma l'altro ha pensato di seguirmi per almeno 6-7 km. Non ne voleva sapere di tornare indietro, anche dopo le mie urla e neanche provando a fargli vedere che avevo dei bastoni. Non voleva tornare dal gregge e mi sono preoccupato riflettendo: "adesso arrivo a Manciano e se pensano che sia mio? Dove lo metto?". Fortunatamente, dopo ripetute prove di cattiveria, ha pensato di tornare dal suo gregge. Arrivo in paese, solito bucato e riposino in uno splendido B&B: La Casa delle Camelie, con una proprietaria simpaticissima. Esco a fare una visitina turistica e chi incontro? Ancora Maurizio che mi dice che il suo amico Max sta dormendo, allora decidiamo di svegliarlo e di fare un giretto insieme. Andiamo sul belvedere e guardando all'orizzonte ci sembra di vedere il mare. La nostra visione è esatta, ormai è a due passi. Un po' ci dispiace, vuole dire che ormai la fine del viaggio è vicina e questo non è bello, anche se la voglia di tornare a casa si fa sentire. Poi speriamo che mi vengano a prendere ad Orbetello. In serata troviamo un bel localino e ci facciamo una cenetta coi fiocchi, di seguito un buon gelato non poteva mancare. Questa è l'ultima volta che ci vediamo con Max e Maurizio lungo il cammino.

18/08/2014 Manciano - Capalbio 15° Tappa

Oggi è lunedì ed è il penultimo giorno, le gambe vanno da sole, ormai volo, non cammino. Bella tappa, piena di sentieri e non troppo difficile. Qui comincio a scendere verso il mare e incontro tanti ciclisti che percorrono queste belle stradine bianche. Oggi mi sono successe tre cose per movimentare la giornata: 1) arrivo nei pressi di Poggio Capriolo e, dopo aver svoltato su di una stradina stretta, mi trovo cinque cavalli in mezzo alla strada, occupavano tutto lo spazio, a sinistra c'erano rovi e la scarpata, mentre a destra altri rovi e la salita. Passarci in mezzo mi dava da fare e ho pensato: "metti che passo e si girano o mi danno un calcio?" Non conosco i cavalli e non saprei come comportarmi, so solo che devo andare. Dopo qualche minuto mi si avvicinano, poi per fortuna si apre un piccolo varco sul lato e decido di buttarmi. Li supero da un lato e quasi corro per allontanarmi. Loro che fanno? Si girano e mi seguono, io accelero il passo e loro anche. Avevo un

cavallo a destra, uno a sinistra e altri dietro, ma fortunatamente tutti tranquilli. Mi hanno abbandonato quasi subito, quindi riprendo il passo a ritmo normale ed arrivo in un "angoletto" bellissimo e tranquillo, il posto giusto per una pennichella, cosa che non avevo mai fatto in tutto il cammino. Prendo un bel telo grande dallo zaino che uso da cuscino, lo stendo per terra e mi corico addormentandomi. Mi sono fatto una bella oretta, la tappa era corta, sarei arrivato troppo presto. 2) Nell'ultimo tratto fatto nel bosco, ho incontrato una miriade di moscerini, erano a miliardi. Entravano da tutte le parti avendo il respiro un po' affannato, entravano in bocca se respiravi col naso, ti entravano anche lì, è stato un martirio durato anche parecchio, non ne potevo più. Se non sarebbe finito sarei andato nei matti, sarei andato giù di testa! Questa cosa l'ho scritta sul nostro gruppo facebook e qualcuno dei Coastres lo ha preso come utile avvertimento ringraziandomi. Altri hanno constatato, a loro spese, che avevo ragione. 3) La prenotazione per la notte. Ero arrivato e non avevo trovato ancora niente per dormire, tutto pieno e anche all'ufficio del turismo mi hanno detto che non c'era niente da fare. Due posti li avrei trovati, ma uno mi chiede 120 euro e l'altro me ne chiede 190. Poi mi avrebbe scontato 15 euro, "che sforzo" ho detto io, continuandomi a dire che avevo anche il garage, sì, a cosa mi sarebbe servito? Ci avrei messo gli scarponi!? Desisto e mi penso già a dormire su di una panchina, sotto un cielo stellato, con lo zaino come cuscino, poi decido di usare il jolli. Mia nuora Concetta, che si trova in Sicilia con mio figlio e la mia nipotina per le loro ferie, che mi ha aiutato col computer quando faticavo a trovare da dormire, mi richiama e mi dice che ha trovato un posto appena fuori Capalbio, in un paesino che si chiama Borgo Carige fuori percorso, detto da loro, di al massimo tre chilometri e dove avrei potuto anche mangiare. Mi tranquillizzo e proseguo il mio viaggio arrivando a Capalbio. Appena prima del paese, mi fermo in un negozietto, faccio scorta: un bel grappolone d'uva e una bottiglia di the ghiacciato ed entro in paese dove, davanti alle mura, trovo un chioschetto di salumi e delle panchine meravigliose, sotto un albero gigante e, avendo trovato da chiacchierare, ci rimango un bel po'. Non ci voleva altro, sono stato felicissimo di farmi interrogare, tutti volevano sapere le impressioni, i luoghi visti, se ho faticato, perché l'ho fatto, se ho incontrato pericoli e qualcuno, chiaccherando mi ha dato anche del "poco normale". Ho visitato Capalbio, bellissima cittadina medioevale con un centro storico piccolissimo, ma intatto e stupendo. Mi avvio per Borgo Carige, direzione via Aurelia, abbastanza fuori percorso e mi dirigo alla mia sistemazione per la notte. Esco dal tracciato del C2C, dopo aver camminato per tre chilometri, non trovo ancora niente. Quattro, quattro e mezzo, passo Borgo Carige ancora niente e dopo un altro km e mezzo trovo il mio B&B. Alla faccia dei quasi tre chilometri ne ho fatti sei! Forse qui in Toscana hanno misure diverse e, neanche a farlo apposta, la mamma della proprietaria si è sentita male e di conseguenza la cucina è chiusa quindi bucato, (ultimo bucato!), riposo, poi m'incammino per tornare indietro al paese e trovo una bella pizzeria, dove di pizze me ne mangio due e anche qui ho convinto i gestori ad interrogarmi sul viaggio. Ho rotto le scatole a mezza Italia con queste interrogazioni, però è stato più forte di me. Anche oggi

una bella tappa di oltre trenta chilometri: vai a Capalbio, poi al B&B, poi ritorna per la cena e ritorna a dormire: circa 30/31 Km.

19/08/2014 Capalbio - Orbetello 16° e ultima Tappa

Ci siamo, oggi è l'ultima tappa e mi dispiace, finisce un'avventura, per me la prima e sicuramente, dopo questo innamoramento, non sarà l'ultima. Oggi parto di buon'ora, alle sei meno un quarto. Voglio arrivare presto, devo incontrare Lisa e Massimo che hanno il treno all'una e mezza per fare ritorno a casa. C'è ancora buio e mi tocca una strada asfaltata, la Pedemontana, per rimettermi sul percorso, lunga più di dieci chilometri, tutta dritta che corre parallela all'Aurelia. Tiro fuori la pila per farmi vedere, altrimenti corro il rischio di farmi asfaltare proprio l'ultimo giorno e non ne ho proprio voglia. Durante tutta la mattina c'è stato uno scambio di messaggi tra me e Luisa col marito, per tenerli informati dell'andamento di tappa. Volevano accogliermi sotto al cartello di Orbetello, ma dovevano fare i conti con il treno che partiva, poi altri messaggi con mia moglie e l'altro mio figlio che mi stavano venendo a prendere (per fortuna!), questo pensiero mi è servito da stimolo e ho corso senza precedenti, ho camminato ad un ritmo da maratona, non mi sono neanche fermato a fare la pausa bif, macinando chilometri e messaggiando in continuazione con tutti e due. Arrivo ad Ansedonia presto e sulla spiaggia non c'è nessuno, prendo un bastone e faccio il logo del C2C sulla sabbia, davanti all'acqua, per fotografarlo. Questa è stata la mia unica sosta. Riprendo il cammino addentrandomi in mezzo a ville bellissime, dove tra l'altro ero già stato anni fa in ferie con amici e avevamo preso in affitto proprio una di queste ville. Scavalco il Monte di Ansedonia e scendo verso il mare, immettendomi nella pineta del Tombolo di Feniglia, bellissima ma che non finiva mai. Sarà perché avevo voglia di arrivare, mi è sembrata lunghissima, la pineta non finiva mai! Non sono neanche andato a vedere la laguna o il mare dove altri hanno fatto il bagno (tra l'altro per me il mare potrebbero anche chiuderlo che non sarei preoccupato). Esco dalla pineta, mi dirigo verso la meta e mi trovo il cartello Orbetello 1 km, quella indicazione mi ha fatto accelerare ancora di più. Faccio tutto il ponte e in lontananza vedo avvicinarsi il cartello stradale con sotto Luisa e Massimo, che mi stavano aspettando come promesso. Il piacere è stato fortissimo e li ringrazio tanto dell'accoglienza. E anche questo è bastato per togliermi tutta la fatica di oggi. Ero partito alle sei meno un quarto e sono arrivato poco dopo le undici. Dopo i saluti e i ringraziamenti, ci dirigiamo in centro per una granita gigante, l'ultima del C2C e lungo il corso incontriamo anche Serena e Gianni. Facciamo un'unica tavolata con una granita al caffè con panna, che mi sono gustato con la tranquillità di sapere che era finito tutto e quindi potevo rilassarmi. Ci mancava l'ultima cosa, mi chiedo: la Carmen dove sarà? Arriva o mi ha fatto uno scherzo ed è rimasta a casa lasciandomi qui? La sento per telefono e mi dice che hanno parcheggiato e stanno arrivando in centro, ma non mi trovano, c'è una marea di gente, il corso centrale è pieno. Mi metto in piedi all'angolo della piazza a scrutare in mezzo alla gente, per

trovarli. Eccoli lì!!! Li chiamo, un abbraccio fortissimo, poi mi passa la paura al pensiero che sarei rimasto qui.

Volevo ringraziare tutti: per prima, la Carmen, che mi ha sopportato per mesi prima di partire, l'ho stressata fino allo sfinimento, poi l'ho lasciata sola per due settimane e non era mai successo. Grazie alla Concetta e Angelo che mi hanno aiutato con le prenotazioni, a Gaggo (Luca) che mi è venuto a prendere. Poi i Coasters che mi hanno seguito e cliccato sui miei post, incitandomi e dandomi forza per continuare: Stefania Ganassi, Emanuela Bizi, Lutz e Marinella, Katia Del Santo e Floriano, Lisa Buonavita, Massimo Toaldo con Maurizio Denna i miei Inseguitori, poi Serena Trotti e Gianni i coasters ciclisti, Luisa Toledo e Massimo che mi hanno accolto ad Orbetello e tutti e tantissimi altri. Un grazie anche a Simone Frignani, il papà del C2C, sempre presente fin da marzo, quando ho fatto una tappa di prova e mi ha dato il suo numero di telefono per eventuali difficoltà, che ha creato un percorso splendido, descritto nei minimi particolari. A tutti i miei conoscenti e parenti che da casa continuavano ad incitarmi e mi seguivano sempre nelle mie comunicazioni. Poi un grazie anche ad una cliente, amica di Parma Nilla, che si è comprata la Guida del C2C e ogni tanto chiamava, si informava dell'andamento e con la Guida in mano mi interrogava per capire bene dove fossi. Tanto di cappello davanti a Manuela Kleboth Lisa Buonavita e Giuliano Ziobuo Mari, per il loro cammino fatto in condizioni peggiori delle mie, sotto a cascate di pioggia. Io non so se sarei riuscito a terminarlo con tutta l'acqua che hanno preso. Scusate se ho dimenticato qualcuno e come ho scritto questo diario, ma sono andato a scuola più dalla bidella che dalle maestre... un salutone a tutti e ancora grazie di tutto!

Alla Prossima

PS. Grazie Antonella per le correzioni