

Superati i **500 metri** d'acqua del **primo tratto di nuoto**, sperimentiamo la prima "transizione" accorgendoci che la prima sensazione "strana" è costituita dai piedi intorpiditi dal freddo, che ci costringono a correre le prime decine di metri in modo un po' goffo. Davanti a noi **tre chilometri di sentiero nel bosco**, saliscendi, con un fondo insidioso fatto di ciottoli e pietre. La buona notizia è che il sangue torna a circolare e in breve il freddo non è che un ricordo.

In breve raggiungiamo l'**altro capo del lago** dove scendiamo in una **spiaggetta** che si apre su una piccola insenatura di acqua bassa e cristallina, con riflessi azzurri e blu e fondale di sabbia fine. Sulla superficie del lago si specchiano le cime bianche di neve del fondo valle e la sensazione di meraviglia nell'essere in procinto di tuffarsi, si moltiplica. **Partiamo** di corsa per raggiungere l'acqua più profonda e diamo inizio alla **seconda frazione di nuoto**, costeggiando un canneto che ci accompagnerà fino all'approdo, dopo altri 500 metri, sulla spiaggia del campeggio Continental. Di questo tratto ricordo due cose: le **correnti gelide** che a tratti mi hanno investito, ma soprattutto la **sensazione di stupore** nel sollevare lo sguardo, durante la fase di respirazione, e intravedere il **bianco** della **neve** in fondo, **sul pelo dell'acqua**.



Il gruppo "press" dopo la prova di swimrun al Lago di Mergozzo

Fine delle frazioni natatorie, non resta che affrontare gli **ultimi chilometri di corsa** che ci portano in salita sulle pendici a nord del lago, un **sentiero accidentato**, con **dislivelli improvvisi e netti**, fondo irregolare e talvolta insidioso, soprattutto nel tratto denominato "foresta dei bamboo" dove, a terra, numerosi monconi di piante tagliate rischiamo ad ogni passo di farci cadere rovinosamente.

Finalmente la traccia scende, attraversiamo la strada asfaltata e in breve **raggiungiamo il traguardo**, **presso il Camping Lago delle Fate**, sede delle attività di Swimrun Cheers. **Un'ora e mezza di azione** alternata, tra acqua e terra, che è **passata in un soffio**. La concentrazione necessaria ad affrontare questa nuova avventura ha fatto passare **in secondo piano** lo **sforzo** e, alla fine, sono **rimasti l'emozione** e il **divertimento** di una **full immersion** nella **natura** davvero unica.

AZIENDE
