

# ULTRA-TRAIL GOBI

La seconda edizione raccontata da Harvey Lewis

## L'insegnante 40enne dell'Ohio

LA GARA PIÙ LUNGA  
E DURA DEL MONDO  
NEL MAGNIFICO QUANTO  
CRUDELE DESERTO CINESE.  
QUATTROCENTO KM  
DA DIGERIRE  
IN UN SOL BOCCONE  
IN UN'AVVENTUROSA  
MARCIA VERSO L'IGNOTO.

Harvey Lewis è un insegnante di 40 anni che vive e lavora a Cincinnati, Ohio, USA. La mattina si alza presto e va a correre, poi va a scuola e quindi, quando esce, corre anche nel pomeriggio, mentre nei weekend, se non ha gare in programma, fa dei lunghi, perché sono proprio le distanze lunghe quelle che lo esaltano. Di solito preferisce la strada ma non disdegna l'off-road e le nuove esperienze. La scorsa primavera ha corso la sua prima Marathon des Sables, partendo forte e rischiando di non finirla per una seria disidratazione presa già il secondo giorno. Harvey è uno di quelli che si possono tranquillamente definire "un duro", ha una capacità di sofferenza non indifferente e non molla mai. Dalla Marathon des Sables, che comunque ha terminato, dice di esserne uscito più ricco in quanto ha imparato tantissimo facendo tesoro di sbagli e leggerezze commesse prima e durante la gara. Harvey non aveva mai corso una gara a tappe né tantomeno una in autosufficienza alimentare, di solito le sue fatiche sono di un giorno (è stato anche campione americano della 24 ore) e senza doversi portare sulle spalle alcun tipo di zaino.



**LA MITICA BADWATER** / Ripresosi della seria disidratazione marocchina, si dedica anima e corpo alla preparazione della mitica Badwater, una 217 km che dai 85 mt della depressione della Dead Valley californiana sale fino ai 2548 mt del Whitney Portal. Una gara mitica e durissima che Harvey ha già finito 6 volte, vincendola nel 2014 e che nel luglio scorso lo ha nuovamente visto grande protagonista con un ottimo secondo posto assoluto.

**L'ULTRA TRAIL DEL GOBI** / Poi passa l'estate e alla fine di settembre s'imbarca su un volo per la Cina, prima destinazione Pechino e subito dopo Dunhuang, nel Gansu, dove in programma c'è la seconda edizione dell'Ultra Trail del Gobi, che con i suoi 400 km

da digerire in un unico boccone è considerata la gara più lunga e dura del mondo. Pronti via, Harvey corre elastico e sembra non forzare ma parte di nuovo forte, forse troppo forte, correndo i primi 170 km in testa alla gara, poi le prime avvisaglie di qualcosa che non va, i primi mancamenti

riconducibili ad un errata alimentazione unita a scarsa idratazione, una marcia forzatamente lenta e barcollante, stop prolungati che lo fanno precipitare nella classifica. Un altro con le sue ambizioni vincenti si sarebbe arreso, fermato, avrebbe gettato la spugna, lui no, sa che non è il suo terreno ottimale di battaglia e quindi anche per questo vuole continuare, vuol sapere, vuole imparare, e non c'è miglior scuola di quella che s'impara a proprie spese, sulla propria pelle. Fatica tantissimo, al CP18 crolla letteralmente a terra, ma si rialza e dopo una breve pausa continua. Intorno a lui, come a tutti gli altri 32 concorrenti provenienti da 10 differenti nazioni, di cui 4 donne e un italiano (Nico Valsesia ritiratosi al km 134 per il riacutizzarsi di una vecchia fascite plantare), l'ambiente è quello magnificamente crudele del deserto. Un deserto quello cinese (parte del Gobi si estende anche in Mongolia) molto roccioso, con poche dune ma comunque con sabbia ovunque. Una distesa arida e torrida di giorno e decisamente fredda la notte. Al CP19 che corrisponde con la Rest Station, ovvero dove sono previste tende per dormire, il n.6 si lascia cadere in un sonno profondo di qualche ora, rintegra sali e calorie e riparte. Alla Rest Station successiva, CP25 km 263, posta ai piedi dell'ascesa ai 3261mt del monte



Zhuji, sembra stare meglio e con l'inconfondibile sorriso di un uomo fortemente ottimista continua la sua avventurosa marcia verso l'ignoto. Un ignoto nudo e crudo, ruvido e bello, un ignoto che più e più volte fa fermare il runner a contemplare la ricchezza di un paesaggio magnificamente e semplicemente aspro. Oltre alle scarpe, fondamentali come in qualsiasi gara di lunga distanza (Harvey usa Newton), altre cose tecniche da non tralasciare in una gara come questa sono lo zaino, di cui non bisogna sbagliare capienza e con cui bisogna avere un ottimo feeling di vestibilità, e gli occhiali, che quando il sole è forte, come nel deserto sa essere, proteggono e riposano la vista. In questi ultimi due campi il forte atleta america-



Viaggia e corri con Harvey  
e la sua Run Quest Travel  
[www.runquesttravel.com](http://www.runquesttravel.com)





OBI

# non molla mai e sorride sempre

no si è affidato a due marchi made in Italy: zaino Ferrino X-Track20 da 20 litri e occhiali RG5000 della SH+. Per l'alimentazione si è affidato a prodotti liofilizzati e a integratori americani di sua conoscenza, mentre per la navigazione a un Garmin GPSmap 60CSx da tracking. 400 km in autosufficienza e in auto navigazione, una prova dura sotto tutti gli aspetti, una gara che ti spezza o ti tempera e Harvey lo sa benissimo e non ha intenzione di farsi spezzare. Passa le montagne, gestisce al meglio i riposi, si alimenta con criterio e ritrova un'insperata freschezza che lo porta addirittura a correre gli ultimi chilometri che normalmente tutti camminano a fatica.

**UN OTTIMO 11° POSTO** / Recupera posizioni e finisce con un ottimo 11° posto (per la cronaca la gara è stata vinta dal cinese Bai Bin in 92h26'15" ore), ma soprattutto finisce, porta al termine la prova, non si spezza e si rafforza.

*“È stata una gara durissima, forse la più dura che io abbia mai fatto, ma nello stesso tempo è stata anche molto bella. Di giorno ho patito il caldo, e a un certo punto ho pensato di correre solo la notte, ma la navigazione col buio era ancor più difficile e inoltre non avrei potuto godere dei magnifici paesaggi che mi circondavano, quindi alla fine ho optato per ri-*

*posare solo dopo che le tenebre mi avessero avvolto in toto”.*

Dopo 120h43'34" di una fantastica odissea, appena oltre il sontuoso e spettacolare arrivo che rispecchia la grandiosità di un'organizzazione giovane, indubbiamente ricca ma comunque capace, l'immane sorriso dell'americano splende nelle prime luci dell'alba di un nuovo giorno. I suoi occhi lucidi in un misto di stanchezza, gioia e commozione, confermano la sua rinascita fisica e sembrano trasmettere una nuova certezza che lui stesso conferma a parole: *“Ho sofferto tanto, ho avuto incubi e allucinazioni, ma forse ho capito cose che senza averle toccate con mano non potevo nemmeno minimamente immaginare, piccole cose che messe insieme possono fare la differenza come la preparazione meticolosa dello zaino, l'importanza della gestione del sonno, il saper camminare più che del saper correre e ovviamente il sapersi idratare sempre e in modo corretto. Questa è un misto tra una gara lunga, calda e dura come può essere la Badwater e una comunque dura ma a tappe e in autosufficienza come la Marathon des Sables, un mix micidiale che non ti dà scampo, se sbagli qualcosa paghi. Non hai tempi di recupero, non hai assistenze private che ti seguono, non hai l'eventuale conforto del pubblico, quando riparti lo fai da solo, qui sei solo sempre, con i tuoi problemi, in mezzo ad un dannato deserto che dei tuoi problemi se ne infischia e continua a frustarti con tutta la sua*



*urezza. Ogni tanto il mio pensiero non riusciva ad andare oltre alla gran voglia di raggiungere il CP successivo che invece sembrava essere sempre più lontano, avevo solo voglia di vedere qualcuno per fare due parole, di sentire la voce di uno dei tanti volontari che son sempre stati di una gentilezza infinita, che mi hanno rincuorato e ricaricato. Poi via di nuovo da soli o con un casuale compagno d'avventura. Appena dopo la crisi del CP18, mi ha raggiunto Vero, la francesina con un passo leggero e instancabile. Mi sono messo dietro di lei per un tempo che non saprei quantificare, senza parlare, cercando di non pensare a nulla e lasciandomi navigare da quella piccola silhouette femminile che si stagliava contro un sole crescente”.*

**IL POST-GARA** / Harvey è un fiume di parole che straripa d'entusiasmo, vorrebbe raccontare i suoi 400 km uno a uno, vorrebbe ringraziare i 277 volontari uno a uno, ha parole di stima nei confronti degli avversari che lo hanno battuto, parole di conforto nei confronti di chi non c'è l'ha fatta, di chi non ha retto e si è spezzato alla durezza del deserto. Fa i complimenti agli organizzatori, stringe mani e firma autografi. Poi la stanchezza presenta il suo conto all'ardito insegnante dell'Ohio che viene accompagnato in hotel dove può finalmente chiudere gli occhi su un morbido cuscino. Il giorno è appena nato, ma per Harvey diventerà tale solo tra 24 ore, quando ringalluzzito dal meritato riposo si concederà un giro turistico nel mercato locale.

*“I viaggi sono fatti di tante cose, durante la gara ho visto paesaggi e animali che non avevo visto mai, ho riempito gli occhi di tante scene e mille colori. Ora, qui al mercato, mi godo e incamero gli odori forti e i profumi esotici che fanno parte di un Paese meraviglioso che spero di tornare presto a visitare, possibilmente correndo di nuovo l'UTG e magari questa volta senza commettere troppi errori per poter esprimere al meglio le mie qualità di ultra runner”.*

Harvey compra una quantità infinita di caramelle e dolcini impacchettati di carte opache e decorate da scritte indecifrabili, sono il regalo che porterà ai suoi alunni dalla Cina, un piccolo gesto che dimostra, eventualmente ce ne fosse ancora bisogno, la misura esatta di un grande uomo.

