



IMAGE SPORT

Stefano Miglietti, l'ultra runner conquista sei deserti

BRESCIA - Ennesima impresa dell'ultra runner bresciano Stefano Miglietti, che nel sud del Marocco ha "concatenato" sei formazioni desertiche, percorrendo 530 km in 4 giorni e 10 ore.

By **Simone Bottura** Last updated Nov 13, 2018

«Rajil cra», l'uomo che corre, come lo avevano battezzato i Tuareg libici durante la traversata del Murzuq, nel 2003, diventa «The animal».

Cambiano i soprannomi che gli affibbiano gli uomini blu del deserto, non lo spirito che anima il **runner estremo bresciano Stefano Miglietti** nelle sue incredibili avventure (leggi qui la sua biografia).

L'ultima si è conclusa mercoledì 7 novembre alle 16.30, ora locale, quando Miglietti, dopo 4 giorni e 10 ore di marcia estenuante è giunto alla kasbah di M'Hamid, nel sud-est del Marocco. **Alle sue spalle 530 km di deserti, sabbia e rocce.** Tanti sono stati i km percorsi durante questa ennesima sfida che il runner ha lanciato a sé stesso e ai suoi limiti.

Miglietti si era messo in cammino alle 6 di sabato 3 novembre da M'Hamid con l'**obiettivo di «concatenare» sei formazioni desertiche**, attraversandole tutte, un percorso ad anello mai affrontato a piedi.



Stefano Miglietti durante la sua impresa nel deserto del Sahara marocchino.

Già il primo giorno, dopo un centinaio di km, la sfida si era fatta durissima. «La sabbia finissima dei primi due deserti, l'Erg Zahar e l'Erg Smar – racconta Stefano – è entrata nelle scarpe consumando la pelle». Ma continuare con le piaghe ai piedi era stato messo in conto.



La fatica sul volto del runner durante la marcia nel Sahara.

La caparbia del runner colpisce i berberi che lo battezzano «The animal», l'animale. Miglietti macina 120 km al giorno. Attraversa la piana desertica di Foug Zguid e si inoltra nell'Erg Chegaga, la formazione di dune più importante del Marocco. Qui è un massacrante, continuo su e giù lungo dune di sabbia dorata alte fino a 300 metri. Come non bastasse ci si mette anche il vento, che lunedì costringe Miglietti a camminare per ore in una violenta tempesta di sabbia.



La marcia durante la tempesta di sabbia.

Gli ultimi due giorni sono particolarmente duri: «Non ho più l'età – scherza Stefano -, muscoli e forza ci sono, sono le articolazioni con non reggono più. Ho un tendine d'Achille infiammato, è il doppio dell'altro».

Il runner attraversa l'Erg Lihoudi e la piana di M'Hamid. Al villaggio d'arrivo gli abitanti gli fanno festa. È stanco, zoppica ma è felice. «Obiettivo raggiunto», dice Miglietti, che al suo ritorno a Brescia troverà anche le energie per **due iniziative benefiche legate all'impresa marocchina**, a sostegno di Valtrompiacuore (un aiuto nella realizzazione di un percorso di riabilitazione per cardiopatici all'ospedale di Gardone Val Trompia) ed ESA Educazione alla Salute Attiva (progetto «**Bella anche in Ospedale**»).



Nel deserto Stefano è stato seguito da Daniel Modina (nella foto con il runner), che produrrà un video documentario, e dall'amico fotografo Nik Barte.

Classe 1967, bresciano residente a Monticelli Brusati, padre di tre figli, imprenditore, Miglietti da tempo alterna traversate sahariane a gare nei luoghi più freddi del pianeta, spostando sempre un po' più in là l'orizzonte dei suoi limiti.

«Ogni volta ho cercato di alzare l'asticella – dice – ma dopo le ultime due prove era difficile trovare ancora stimoli».

Arduo, in effetti, andare oltre le performance leggendarie del 2012, quando attraversò **la depressione di Qattara in Egitto, senza acqua e senza cibo** (250 km percorsi in 38 ore) e del 2011, quando nel Sahara egiziano stabilì **il record del mondo, ancora imbattuto, delle 10 maratone no stop**, percorrendo 421,950 Km in 52 ore e 30 minuti.



Stefano all'arrivo alla kasbah di M'Hamid.

Altre info sul runner e le sue imprese su www.avventurando.it.

Mi piace

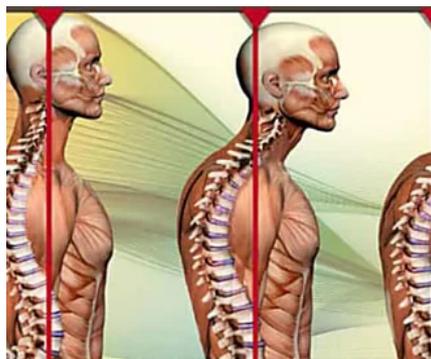
Piace a 32 persone. Di' che ti piace prima di tutti i tuoi amici.

ALTROVE SUL WEB



Sapevi che queste star portano la parrucca?

ALFEMMINILE



Correggere la propria postura sbagliata: ecco un rimedio

www.oggi benessere.com



Victoria's Secret, gli angeli ieri e oggi

Io Donna