

In questo documento proponiamo un'intervista nella quale Marco Pantani parla delle sue strade di allenamento e soprattutto della salita del Cippo di Carpegna.

“Quando esco in allenamento da solo, ed è il più delle volte, questo è uno dei giri che amo

Fino a San Marino niente di speciale. Ma da lì in avanti comincia il bello. Strade tranquille, tracciato nervoso. Con continui saliscendi. E qualche severa impennata. La prima è quella che, passato Montemaggio, va su a San Leo. E da lì alla Madonna di Pugliano e al successivo valico. In una decina di chilometri si sale fin quasi a 1000 metri. Ma la salita più impegnativa della giornata non è questa. È la successiva. È quella che da Caturchio si arrampica sul Monte Carpegna. Nella parte iniziale non è molto ripida. È tra il 6 e l'8 per cento. Il tratto più duro arriva passato il paese di Carpegna.

Sono sei, sette chilometri con pendenza media del 10 per cento. Gli ultimi due, fin sotto la vetta a 1360 metri sul mare, li chiamiamo il Cippo e sono i più ripidi, sul 12 per cento. In quel tratto utilizzo il 39 x 19/21. Certo, questa non è una salita come quelle delle Alpi che mi hanno reso famoso, ma per allenarmi bene mi basta, e come...

Altri corridori fanno allenamenti scientifici. Salgono e scendono più volte sulla stessa salita. Fanno tratti spingendo rapporti durissimi. Cronometrano ogni metro. Stanno incollati con gli occhi al cardiofrequenzimetro.

Io no. Io sto attento alle mie sensazioni. Anche la salita la sento. Esattamente come quando sono in corsa. Scatto e allungo. Scatto e allungo. Lo so che i miei scatti lasciano il segno. Fanno male.

I miei avversari ne sanno qualcosa. Quando nel 1998 sul Galibier ho staccato Jan Ullrich e gli altri, ho fatto il vuoto col 39 x 17 e poi, in progressione, ho scalato sul 16 e il 15. Dei miei attacchi in salita sanno qualcosa anche i compagni di squadra, quando esco in allenamento con loro. Ma fa niente, poi in cima li aspetto... È sul Carpegna che ho preparato tante mie vittorie. Non ho bisogno, prima di un Giro o di un Tour, di provare a una a una tutte le grandi salite. Una sola volta, se ricordo bene, sono andato a dare un'occhiata in anticipo al Mortirolo e al Montecampione. Ma in macchina. E non mi è servito neanche molto.”

Il Carpegna mi basta.

“Da Coppi in poi, è una salita che ha fatto la storia del ciclismo e ogni tanto anche il Giro c'è passato. Io non le conto più le volte che l'ho fatta, allenandomi. Direte che sono un tradizionalista. Forse sì. Sempre ad allenarmi sulle stesse strade di casa. Sempre a spingere gli stessi rapporti, gli stessi che uso in corsa. Sempre in giro senza borraccia, perché mi bastano quelle quattro fontane che so io dove sono. Una proprio a Carpegna, il paese. Dal culmine del Carpegna vado giù in picchiata a Pennabilli. E dalla valle, pochi chilometri più avanti, decido magari di risalire a San Leo, per la strada di Serra di Maiolo. È anche questa una salita duretta, con lunghi tratti al 10

per cento. Dalla cima c'è una bellissima vista della Rocca di San Leo. Sempre in discesa passo il paese. E via verso casa. A meno che voglia di nuovo arrampicarmi verso San Marino. Per Torello e Acquaviva. È la salita che conclude la Coppa Placci, la più importante corsa in linea che si disputa da queste parti.”

Il Cippo

Una delle salite più celebrate d'Italia

Chi lo conosce lo definisce un tracciato per “salitmani”, gli amanti cioè della scalata in bicicletta. Il Cippo del Monte Carpegna, situato all'interno del Parco Naturale Regionale del Sasso Simone e Simoncello, è una delle salite più celebrate d'Italia, tanto cara a Marco Pantani che qui si allenava per prepararsi a quelle imprese in montagna che lo hanno reso celebre nel mondo. A chi gli chiese di fare una graduatoria delle salite più belle d'Italia, il Pirata non ebbe dubbi e rispose: ***‘Su tutte c'è il Mortirolo, come impegno non ha eguali; poi lo Stelvio, per il paesaggio e la durezza, le Tre Cime di Lavaredo e una salita vicino a casa mia, il Monte Cippo di Carpegna. Chiedete a Merckx, ha un versante durissimo come il Mortirolo...’***

Sì, perché qui si verificarono gli scontri rimasti negli annali del ciclismo, fra Eddie Merckx e José Manuel Fuente, nei due passaggi del Giro d'Italia, nel 1973 e nel 1974. In appena 2,3 chilometri si passa da 750 a 1.020 metri slm – ca. 13% di pendenza media. Subito dopo il distributore inizia secca, al 18% l'ascesa al Cippo. Sono 2 chilometri davvero impegnativi ma si trovano anche brevi tratti per riprendere fiato, in complesso la scalata risulta abbordabile, con un tratto finale addirittura facile. Al Cippo termina la strada pubblica; solo a piedi o in bici si può continuare verso l'alto: la via diventa privata e c'è una sbarra sulla strada, che per la Gran Fondo San Marino “Marco Pantani” verrà appositamente aperta. Il tratto finale di salita, altri 6 chilometri, è impegnativo ma non impossibile, la via è asfaltata e stretta, la vegetazione è fitta e solo verso il culmine, a circa 1.400 metri slm, si apre nuovamente la vista sul Sasso Simone e Simoncello.

Dalla cima del monte si gode una spettacolare veduta della Repubblica di San Marino fino al Mare. Il panorama offre inoltre un suggestivo scorcio dell'Appennino tosco-romagnolo con il Monte Fumaiolo e il Monte Aquilone, e della vallata del Marecchia. Nelle giornate più limpide si distinguono chiaramente anche i profili delle coste adriatiche. Da Coppi in poi – dichiarò Marco Pantani – è una salita che ha fatto la storia del ciclismo e ogni tanto anche il Giro c'è passato. In quel tratto utilizzo il 39 x 19/21”.

Interessante il raffronto con i rapporti usati dal Pirata nelle altre salite celebrate. E' lui stesso a rivelarlo in una intervista:

“Il Mortirolo – dichiarò – l'ho affrontato con il 39 x 21/23. Il Mont Ventoux, nel testa a testa con Armstrong, col 39 x 17/19/21”.