

Cara amica, caro amico,

innanzitutto desidero rimarcare che sia questa idea che questa lettera sono state ispirate dal fantastico esempio di Tim, una persona amica in gamba che ha completato a scopo benefico, dopo quasi un anno di duro training, un Ironman Triathlon (3.8 km di nuoto, 180 km di bicicletta, e 42.2 km di corsa), in un fantastico tempo di 10 ore e 27 minuti.

Invece io, a 53 anni, senza una specifica esperienza in questo tipo di competizione, dopo che la Cromagnon Extreme Race che inizialmente avevo selezionato è stata annullata, ho deciso di partecipare alla GTV 100 km (<http://www.grantrailvaldigne.it>): una gara internazionale in montagna di 100 km, con un dislivello totale di 5.300 m. Una gara in Val d'Aosta che partirà ed arriverà a Morgex (Italia) il 9 Luglio 2011.

Molti di voi si chiederanno: "Ma cosa diavolo ha in testa di fare questo ...?". "Perché ha deciso di farsi nei prossimi mesi qualche migliaio di chilometri di allenamento, sacrificando fine settimana, obbligandosi a svegliarsi spesso all'alba per correre, ed a dover andare in palestra molte volte alla settimana per prepararsi?"

Alcune ragioni sono: vedere se riesco a giungere vivo al traguardo di questa incredibile competizione, per la sfida che questo rappresenta e per la mia passione per lo sport. In realtà c'è di più! Molto di più!

Oltre 20 anni fa mia sorella Paola, una delle donne che ammiro di più al mondo, insieme al marito Franco ed ai loro tre figli, decise di adottare Michele: una piccola creatura abbandonata, affetta da una terribile malattia rara chiamata Lesch Nyhan.

Per oltre 20 anni hanno combattuto, giorno dopo giorno, battaglie al cui confronto l'Ironman di Tim o la GTV 100 km sono facili passatempi.

Per questa ragione, ho deciso di contribuire concretamente al loro sforzo continuo e generoso e che negli anni non si è limitato a crescere Michele con amore, ma anche ad ottenere fondi in favore della ricerca sostenuta dall' "Associazione Malattie Rare Mauro Baschiroto" di Vicenza. (<http://www.birdfoundation.org>)

Per poter avere un'ulteriore motivazione durante questi mesi di preparazione fisica, ho pensato ad una raccolta di fondi basata sulla mia performance. Non ti chiedo quindi una donazione ora. Vorrei invece che ti impegnassi ad offrire per la ricerca sulle Malattie Rare, all'"Associazione Malattie Rare Mauro Baschiroto" di Vicenza, una somma a tuo piacere a seconda di come riuscirò a comportarmi alla Gran Trail Valdigne.

In particolare ti chiedo una promessa di contributo a seconda delle seguenti quattro ipotesi:

- IOTESI 1. se riesco ad arrivare in fondo alla gara vivo ed ancora capace di fare un sorriso (fotografia)
- IOTESI 2. se riesco ad arrivare in fondo alla gara in un tempo compreso fra 26 e 25 ore
- IOTESI 3. se riesco ad arrivare in fondo alla gara in meno di 25 ore
- IOTESI 4. se riesco a partire – quindi semplicemente perché ti fa piacere dare comunque un tuo contributo indipendentemente dalla mia performance

Grazie a Stefano, fratello di Michele, che ha voluto personalmente crearlo e curarlo, potrai avere informazioni e qualche aggiornamento su questa pazzesca impresa sul sito: [www.federico-cromagnon.com](http://www.federico-cromagnon.com). Se hai pensato di promuovere questa mia iniziativa con alcuni tuoi amici, sentiti libero di farlo. Puoi inoltrare questa mia e-mail e/o promuovere il sito dedicato dando come riferimento la casella [contact@federico-cromagnon.com](mailto:contact@federico-cromagnon.com). Altrettanto se usi Facebook o social network similari.

Alla fine della gara, mi metterò di nuovo in contatto con te per informarti sul risultato e per comunicarti le coordinate bancarie dell'"Associazione Malattie Rare Mauro Baschiroto" su cui versare la donazione promessa.

Mi impegno sin da ora a pubblicare sul sito, qualche mese dopo l'evento, l'ammontare della cifra raccolta ed il progetto specifico che l'"Associazione Malattie Rare Mauro Baschiroto" implementerà grazie ad essa.

Mi vuoi aiutare? Se sì, per piacere fammi sapere subito il tuo impegno di donazione per ciascuna ipotesi.

Un grazie di cuore.

Federico

GTV 100 : 100 km / 5.300m D+  
Sentieri 79%,  
Piste forestali 14%  
Strade carrozzabili 7%  
Altitudine max : 2.670 m al Col Licony