Trail delle Colline: l’Eco-camminata solidale per la Lilt col sorriso e la forza di Roberta Mirata

Descrizione

Trail delle Colline

Domenica 9 ottobre la personal trainer e istruttrice di corsa sarà in prima linea *a **Chivasso** per lanciare un messaggio di **speranza, sostegno e fiducia.***

Domenica 9 ottobre ritorna il **Trail delle Colline**, evento sportivo e solidale organizzato **dall’Asd Hope Running Onlus** per fare conoscere agli amanti della corsa e della natura il meraviglioso patrimonio paesaggistico tra **Chivasso e i comuni limitrofi.**

Tra le varie distanze proposte, c’è anche **l’eco-camminata di 8 chilometri**, il cui ricavato quest’anno sosterrà con forza la campagna **Nastro Rosa della LILT, la Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori** a cui parteciperanno donne forti che, passate attraverso la malattia, vogliono lanciare un messaggio di speranza, sostegno e fiducia.

L’eco-camminata vedrà ai nastri di partenza anche **Roberta Mirata**, personal trainer, istruttrice di corsa ma, soprattutto, **una grande donna dal sorriso contagioso.**
Un sorriso che diventa ancora più coinvolgente quando si ascolta la sua storia, che **Roberta** racconta con una leggerezza carica di forza ed entusiasmo per la vita.
Una vita che non è sempre sorridente come lei: nel 2019, dopo un controllo di prevenzione, Roberta scopre di avere un nodulo al seno che si rivela maligno ma riesce a trovare una forza interiore che le permette di vivere il tutto “bene”, come lei stessa racconta.

“Le prime 24 ore sono state **strane**, mi è crollato il mondo addosso, ma poi ho capito che dovevo reagire e così ho fatto” spiega Roberta. Il segreto è stato quello di imparare ad affrontare un problema alla volta e risolverlo.
“Con questo approccio, **ho trovato la mia tranquillità”.**

Un approccio che **ha condiviso attraverso i social**, dove Roberta si è messa in gioco per fare in

modo che la sua esperienza potesse salvare altre ragazze, altre donne con la consapevolezza che il messaggio della prevenzione diventa più forte se ascoltato da chi ha vissuto in prima persona ed ha superato un momento così difficile, un messaggio che Roberta lancerà anche di persona partecipando al **Trail delle Colline, insieme alla LILT.**

Raccontando la sua esperienza, Roberta vuole far capire che non si è sole in questa battaglia: “In tante hanno risposto alla mia personale campagna di sensibilizzazione verso la **prevenzione e hanno fatto i controlli.** Qualcuna purtroppo ha scoperto che c’era qualcosa che non andava.
Nascono così reti solidali, dove un consiglio, una parola di conforto diventano particolarmente importanti.”

Uno scambio reciproco, con i post che diventano un mezzo per ricevere e dare.
È stato proprio il continuo scambio con la sua community ad aiutare Roberta per forza di andare avanti **“perché lo scambio permetteva di vedersi agli occhi degli altri”.**
Quello che a lei poteva sembrare un continuo sfogo, una continua lamentela, per le persone che c’erano dall’altra parte (sarebbe riduttivo chiamarli comunemente “followers”) rappresentavano uno spaccato di vita che trasmetteva molto coraggio.

Occasioni come il **Trail delle Colline**, dove si promuove il movimento, uno stile di vita sano, immersi in un ambiente dalla bellezza che riempie il cuore, insieme alla prevenzione, rappresentano un momento perfetto in cui passare dai social alla realtà **“fisica”** e far capire che le donne che si trovano ad affrontare un cammino così difficile non devono sentirsi sole.
Ci sono persone che ce l’hanno fatta e sono pronte a sostenere le altre per camminare tutte insieme con il **sorriso e tanta voglia di vivere. Questo anche quando la vita è particolarmente dura.**

Archiviata con successo la sua lotta contro il tumore al seno, Roberta, nell’autunno di un anno fa, nel 2021, ha dovuto affrontare un’altra battaglia imprevista e altrettanto dura, con l’asportazione di una vertebra lombare a causa dell’improvvisa comparsa di metastasi ossee.
Ma la forza di Roberta è infinita e **il 9 ottobre sarà in prima linea a Chivasso!**

Il Trail delle Colline è organizzato dalla **Asd Hope Running Onlus** insieme all’Associazione **Amici dei Vigili del Fuoco Volontari di Chivasso Onlus**, con il supporto delle amministrazioni comunali di **Chivasso**, **Castagneto Po, Casalborgone, San Sebastiano Po e Rivalba, del CAI Sezione di Chivasso, della LILT sezioni di Torino e Chivasso e dello CSEN Piemonte,** ente di promozione sportiva che ha inserito questa gara nel calendario nazionale, oltre che con il patrocinio della Regione Piemonte e del Comitato Regionale CONI del Piemonte.

Confermate le tipologie di gara del Trail delle Colline 2022:

– **TdC Lungo**: trail competitivo da 28 chilometri, con dislivello positivo di 1450 metri

– **TdC Corto**: trail competitivo da 15 chilometri, con dislivello positivo di 800 metri

– **Dog Endurance Trail**: trail competitivo da 15 chilometri, con dislivello positivo di 800 metri, da affrontare con il proprio miglior amico a quattro zampe, a cui saranno i benvenuti appassionati di dog endurance, sleddog, dog trail e dog trekking con attrezzatura da traino

– **Eco-camminata in Rosa**: passeggiata libera a tutti da 8 chilometri, con dislivello positivo di 300

metri, il cui ricavato sosterrà la campagna Nastro Rosa della LILT (Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori), che ha come obiettivo quello di sensibilizzare le donne sull'importanza della prevenzione e della diagnosi precoce dei tumori al seno

Tutte le info relative al **4° Trail delle Colline** le potete trovare a questi link:

- Sito web ufficiale www.traildellecolline.it
- Facebook: www.facebook.com/traildellecolline
- Official Film Movie: www.youtube.com/watch?v=QHThhZ8bHkk&t=2s
- Official Trailer: www.youtube.com/watch?v=RRWnncz7WGU
- Regolamento: www.traildellecolline.com/regolamento/
- Raccolta fondi: gofund.me/9cd907eb
- Iscrizioni trail: iscrizioni.wedosport.net/iscrizione.cfm?gara=55123

• Iscrizioni camminata: www.appnrun.it/evento/3288/Trail+delle+Colline++Eco+Camminata+2022