

# Incontri nell'America selvaggia

Con 2190 miglia, il sentiero degli Appalachi è sulla buona strada per diventare il nuovo Cammino di Compostela. Due membri della nostra redazione sono partiti all'avventura lungo il mitico sentiero americano e hanno incontrato gente interessante. →

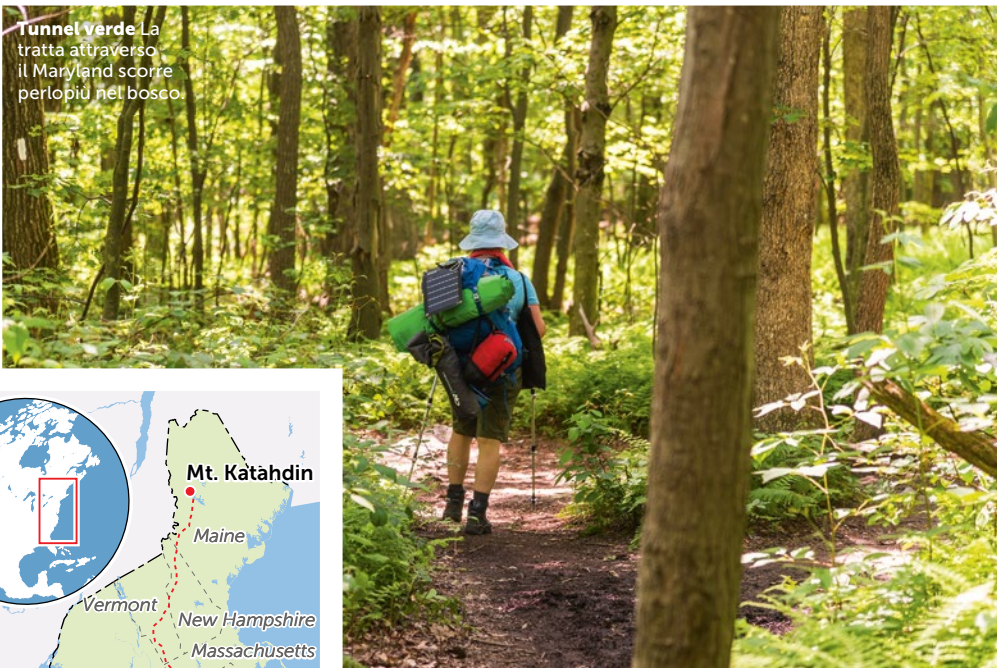
TESTO JULIANE LUTZ | FOTO EMANUEL FREUDIGER



**Sebastian ed Elmar** sono tra i pochi escursionisti svizzeri sull'AT.



**Tunnel verde** La tratta attraverso il Maryland scorre perlopiù nel bosco.



**A prova d'orso** Chi non vuol condividere il cibo, lo appende in alto.



**Pasto frugale** Le provviste devono essere leggere e resistenti al calore.



**Il rilassato**  
«Le mie esperienze vanno dallo stupendo allo stravagante»

L'ex soldato tedesco Thomas affronta l'intero percorso dalla Georgia al Maine non stop.



## 1° giorno: l'inizio

«**B**uon divertimento!», ci augura Ron prima di lasciarci. Il proprietario del negozio ci ha portati da Harpers Ferry a Pen Mar Park, punto di partenza dell'escursione lungo l'Appalachian Trail (AT). Non possiamo più tirarci indietro: Emanuel ed io dobbiamo affrontare a piedi le 42 miglia attraverso il Maryland per ritornare ad Harpers Ferry. Dopo pochi minuti di cammino incontriamo già una persona che c'incoraggia. Thomas, un soldato tedesco in pensione, partendo da sud, ha percorso quasi la metà dell'itinerario, ovvero 920 miglia. La meta sarà a 1124 miglia di distanza al Monte Katahdin nel Maine. A confronto, le nostre 42 miglia sembrano una bazzecola, tuttavia devo fare uno sforzo per non pensare a orsi aggressivi, caviglie slogate o morsi di serpente. Tutto ciò può capitare lungo l'AT. Continuiamo a camminare in salita tra bei boschi di latifogli ricchi di querce, aceri e felci. L'AT appare come un lungo tunnel verde. Incrociamo altri escursionisti che ci augurano «happy trail». Dopo ore di cammino la prima pausa al Raven Rock Shelter. «Shelter» vengono chiamate le capanne rifugio che servono ai camminatori come alloggio lungo il trail. A

parte noi stanno consumando il picnic due giovani donne e un paio di boy scout. Quando in serata immergiamo i piedi affaticati in un ruscello freddo, rivediamo le due donne che montano la tenda. Noi invece vogliamo spingerci sino all'Ensign Cowall Shelter, che si trova a dieci miglia dal punto di partenza di Pen Mar Park. «Solo ancora due miglia», ci esorta un passante. Ma sono stanca e i chili sulle spalle cominciano proprio a pesare. Soprattutto per Emanuel, che porta l'equipaggiamento fotografico, i 20 kg si fanno sentire in modo tale che i 3,2 km si allungano come gomma da masticare. Perlomeno in una radura veniamo compensati con la vista su due orsi in lontananza. Quando raggiungiamo l'Ensign Cowall Shelter molti sono arrivati prima di noi e troviamo a malapena posto in capanna. Dopo la cena a base di barrette di cereali e carne secca Emanuel appende la borsa delle vivande ad un palo alto. Impariamo subito che chi non desidera coricarsi con gli orsi, fa bene a mettere il cibo in sicurezza.

## 2° giorno: lo sforzo

Mi sveglio già stanca. I boy scout accanto a me hanno chiacchierato tra di loro all'infinito e di notte un animale si è fermato a lungo davanti all'ingresso. Forse era un orso. Tutti gli altri sono già in piedi perché vogliono evitare il solleone. Per i



**Una vista esclusiva** Le pianure del Maryland dal «Black Rock».



La combriccola

«L'atmosfera tra la gente qui è così cordiale e amichevole»

Marisha, Lisa, Donna e Ginelle del Midwest camminano per un paio di giorni attraverso il Maryland.



prossimi giorni sono stati annunciati 35 gradi all'ombra. Ci intratteniamo ancora con Gene della Carolina del Sud, un veterano dell'AT, che lavora sul trail come «ridgerunner»: offre consigli ai camminatori e illustra loro le regole, come quella che vieta l'alcool nei parchi pubblici nel Maryland. Non ne capiamo il senso nemmeno dopo una tazza di caffè, senza il quale né Emanuel né io riusciremmo ad alzarci in piedi. Un paio di giorni sull'AT sono in questo senso un modo per disintossicarsi dai vizi della civiltà.

Facciamo la scorta d'acqua nella fonte vicina e poi ripartiamo. Di nuovo si sale e si scende. Siamo fiacchi perché ieri abbiamo esagerato con le dieci miglia. Di nuovo il sentiero ci conduce attraverso sterminate foreste. Solo nel pomeriggio possiamo goderci dalla cima del «Black Rock» una vista spettacolare sulle pianure del Maryland costellate di fattorie.

Siamo contenti quando raggiungiamo il Pine Knob Shelter, a 18 miglia da Pen Mar Park. Qui facciamo la conoscenza di un quartetto di donne allegre. Dato che tutti i posti in tenda sono stati assegnati, ci rimane di nuovo la capanna. Mentre mangiamo svogliatamente ancora barrette di cereali e carne secca

(pesano poco e sopportano bene il caldo), accanto a noi uno scoiattolo striato rosicchia una ghianda.

### 3° giorno: un diversivo

Partiamo di buon ora, prima delle 8, e incontriamo un gran numero di escursionisti. Perlopiù uomini,

sui vent'anni e in giro da soli. L'AT sembra davvero molto in voga fra i giovani americani. Più tardi, al Trail Conservancy di Harpers Ferry, verremo a sapere che nel 2016 ben 1500 persone hanno compiuto il Thru-hike (l'intero percorso escursionistico dalla Georgia al Maine). Nel 2010 erano appena 747. Per due miglia ci arrampichiamo sulle rocce sino a raggiungere il Monumento a Washington, una torretta di pietra che ricorda il primo presidente degli Stati Uniti. Qui incontriamo di nuovo il quartetto al femminile. Le amiche, originarie del Midwest, Marisha, Lisa, Donna e Ginelle sfruttano il trail per prendersi una pausa da casa. Sentiamo risuonare le loro voci divertite per lungo tempo. Sulla cartina il sentiero passa davanti ad un albero, facendoci pregustare il piacere di metterci a tavola. →

## DA SAPERE

L'Appalachian Trail (AT), è un percorso escursionistico di 2190 miglia (3524 km) che attraversa 14 Stati degli USA. Va dal Monte Springer in Georgia fino al Monte Katahdin nel Maine. Occorrono 6-8 mesi per percorrerlo tutto.

La tratta di 42 miglia (67,5 km) attraverso il Maryland è ideale per i principianti dell'AT, perché ritenuta semplice e facilmente raggiungibile con i mezzi pubblici. Si vola a Washington D.C., poi in treno (Amtrak) sino ad Harpers Ferry, Virginia Occidentale. Da qui si prenota uno shuttle in direzione di Pen Mar Park e si torna al punto di partenza a piedi. Se si compiono 8-10 miglia al giorno, questa tratta è fattibile in 4-5 giorni. Non si deve comunque sottovalutare questo percorso collinare quando fa molto caldo e si trasporta molto peso. Consigliamo la cartina «5 & 6 Appalachian Trail across Maryland» (disponibile all'Appalachian Trail Conservancy).





**Un fuoco** per concludere una giornata impegnativa presso Ed Garvey Shelter.



**A margine del sentiero** Uno dei 27 tipi di serpenti nel Maryland.



**Il selvaggio**  
«Chi parte per compiere l'AT, scopre la vera America»

Il lattoniere Justin del Texas ha già percorso un lungo tratto dell'AT e ora affronta l'ultimo pezzo sino al Maine.



Purtroppo l'Old South Mountain Inn è chiuso. La nostra delusione è grande, ma per fortuna abbiamo con noi un navigatore portatile. Sull'AT non è necessario perché il sentiero è ben segnalato con strisce bianche ogni paio di metri, però il «Garmin Oregon 700» ci mostra alcuni ristoranti tre miglia più in là e cerchiamo di raggiungerli facendo autostop. Il primo veicolo si ferma. Dwayne, un gentile operaio muratore ci prende con sé sino alla prossima località Boonsboro, un paesino. Dopo chicken nugget, pepsi e caffè facciamo l'autostop per tornare lungo il sentiero. Un altro evento di questa giornata è la doccia calda nel campeggio. L'AT insegna ben presto ai partecipanti a saper apprezzare le cose semplici.

L'obiettivo per la sera è il Rocky Run Shelter, a 25,5 miglia da Pen Mar Park. La struttura è bella e la capanna sembra nuova. Di fronte sta cenando una signora di una certa età. Racconta che per 40 anni ha lavorato come infermiera e due settimane dopo il pensionamento è partita verso sud. La sua meta: il Maine. Essere una donna sola sul trail – ci

assicura – non è un problema. Alla domanda se la lunga camminata l'avesse cambiata, risponde che è diventata più indulgente con le persone. Anche il quartetto di donne ha appena montato qui le loro tende. La notte si prospetta insonne. Sentiamo un continuo ticchettio come se qualcuno gettasse pietre sul tetto della capanna e altri rumori. A questo punto vorrei tanto essere nel confortevole Bed & Breakfast di Shawn ad Harpers Ferry.



**Un navigatore** serve se si esce dal trail.

#### 4° giorno: «Gesù»

Oggi vogliamo percorrere 9,5 miglia sino all'Ed Garvey Shelter. Già al mattino presto il sole è cocente. Camminiamo silenziosi. Un paio di piccoli serpenti fa esercizi di contorsionismo sul margine del sentiero e scorgiamo anche delle mini tartarughe. Nel Gathland State Park facciamo scorta d'acqua prima di affrontare una fila di colline. Ad Emanuel i 20 kg sulle spalle si fanno sentire sempre di più e io ho il morale a terra. Ma dopo un paio di battute divertenti, stringiamo i denti e andiamo avanti. Conquistiamo la meta prima del pre-





**Quasi alla meta**  
Il fiume Potomac ad un paio di chilometri da Harpers Ferry.

visto. Tutti i posti in tenda sono liberi, ma è troppo caldo per bivaccare. Dormire a cielo aperto è sconsigliato. Davanti alla capanna siede un uomo enorme con i capelli lunghi, lo battezzo col nome di Gesù. Si chiama Justin, viene dal Texas e vuole riuscire a percorrere l'ultimo tratto del trail sino al Maine. Quando con orgoglio ci mostra la sua ascia e la mini motosega, spero che di notte non ci capiti nulla. Ma ci assicura di usare i suoi utensili solo per tagliare legna da ardere. Justin, ex-soldato e lattoniere, è selvaggio e simpatico allo stesso tempo. Ci offre il numero di telefonino di un «Trail Angel». Sono persone che aiutano gli escursionisti dell'AT distribuendo gratuitamente acqua e cibo o lasciandoli pernottare in casa propria in caso di cattivo tempo. Nel corso della serata giunge sempre più gente. Tra questi, un uomo 72enne con un cagnolino. Ci si siede uno accanto all'altro e in genere ci si scambia esperienze e consigli. Ci rendiamo conto che il trail è sì uno stupendo incontro ravvicinato con la natura, ma anche un'occasione per entrare in contatto con la straordi-



**Gli svizzeri**

«Lungo il trail si mettono alla prova i propri limiti»

Sebastian da Seftigen ed Elmar dalla Prettigovia vogliono farcela a percorrere le 2190 miglia in meno di sei mesi.

naria comunità di persone che si è formata attorno a questo evento.

### 5° giorno: alla meta

Poco dopo le sette di mattina siamo già in cammino per sfuggire al calore spietato. Questa volta avanziamo a buon ritmo e poco prima di raggiungere la riva del Potomac veniamo intercettati da due svizzeri. Ci hanno identificato come connazionali grazie ai nostri zaini. Anche Sebastian ed Elmar sono Thru-hiker: hanno cominciato a marzo in Georgia e sono intenzionati a raggiungere il

Maine in agosto. Entrambi erano partiti con altri amici che, a causa di problemi fisici, hanno dovuto gettare la spugna. Così hanno deciso di continuare insieme. Dopo il racconto delle reciproche vicende ci rimettiamo in cammino verso la meta finale. Alle 11.03 superiamo la soglia di un «Deli» ad Harpers Ferry e con gusto addentiamo un hamburger. Ti regala una bella e indimenticabile sensazione il fatto di avercela fatta a percorrere la tratta del Maryland dell'Appalachian Trail. ♦







APPALACHIAN TRAIL  
CONSERVANCY

**Ce l'abbiamo fatta!**  
Mentre il lussemburghese Marc vuol fare ancora 1142 miglia.



## HARPERS FERRY

### Alloggio:

il simpatico imprenditore Shawn gestisce il confortevole Lily Garden Breakfast, da 150 dollari a notte (2 persone con colazione a scelta).

[lilygardenbnb.com](http://lilygardenbnb.com)

### Shuttle per Pen Mar Park:

ca. 70 dollari da Harpers Ferry Outfitters.

[theoutfitteratharpersferry.com](http://theoutfitteratharpersferry.com)

### Attrazioni:

nella parte inferiore di Harpers Ferry i musei ricordano i tempi dell'attivista John Brown, che qui nel 1859 tentò invano di provocare una ribellione degli schiavi. I souvenir dell'AT si trovano nell'Appalachian Trail Conservancy.

## Da portare sul sentiero degli Appalachi

Prima dell'Appalachian Trail avevo compiuto escursioni di al massimo un giorno. Per questo motivo possedevo solo un piccolo zaino, scarponcini, mantellina e bastoni. Ma un tour di trekking di cinque giorni richiede un apposito equipaggiamento, che dovrebbe pesare il meno possibile. A seguito di una consulenza in un negozio specializzato ho deciso di prendere le seguenti cose: sacco da bivacco (al posto di una tenda più pesante), zaino per lunghi tour con una capienza di

40 litri, sacco a pelo molto leggero, materassino gonfiabile, pantaloni impermeabili ultrasottili, cappello per la pioggia, due magliette a maniche corte in tessuti misti leggeri, due paia di calze in lana merino, coltellino, mini torcia USB e borraccia con filtro integrato.



### Equipaggiamento base:

- 1 Sacco da bivacco outdoor Research Helium Bivy, 453 g
- 2 Saccoletto compatto Mammut Down Spring, 670 g
- 3 Materassino gonfiabile compatto Mammut, 900 g
- 4 Zaino 40+7 litri Mammut Lithium Crest S
- 5 Borraccia con filtro Lifestraw Go, 0,67 litri
- 6 Pantaloni impermeabili outdoor Research Helium, 152 g
- 7 Cappellino sombrero impermeabile outdoor Research Seattle, 91 g
- 8 2 magliette manica corta Icebreaker Cool-Lite Sphere Low Crew
- 9 2 paia di calze da escursione Icebreaker Hike + Light Crew
- 10 Coltello multifunzionale Opinel n. 8 outdoor
- 11 Torcia USB Rubitec, 104 g

### Cosa vale inoltre la pena:

asciugamano in microfibra, detergente universale biologico, farmacia pronto soccorso, batterie solari e naturalmente molta crema solare.