

29/05/2010

QUEI PAZZI DELLA 100 KM

Dopo quasi cinque mesi di "lacrime e sangue", a suon di "lunghe", è arrivato il giorno della mia prima 100 km, il Passatore.

Certo che quattro anni fa, quando ho calzato le mie prime scarpe da running e ho iniziato a correre sulla ciclabile del Bione, per scaricare un po' lo stress e sentivo parlare degli ultramaratoneti, questi uomini a metà fra il mito e la pazzia, non avrei mai pensato di poter essere lì, fra di loro, sabato 29 Maggio 2010 a Firenze, alla partenza della più famosa delle "100".

Il ritrovo è a Firenze, Piazza S. Croce. Dopo aver ritirato il pettorale mi unisco agli altri che si sono piazzati all'ombra sui gradini della chiesa e sono intenti a buttar giù il massimo dei carboidrati e a metter a punto gli ultimi ritocchi all'abbigliamento. Tiro le 14 e 30, consegno le borse e vado, in via dei Calzaiuoli, alla partenza. Qui, tra di noi runners c'è un clima di festa generale ma, si sa...con quello che ci aspetta...bisogna buttarla un po' sul ridere!

Lo speaker continua a dirci di stare calmi, ma sinceramente il più agitato sembra lui.

Ok, finalmente si parte. In questi momenti ho sempre l'impressione di sentirmi una freccia che sta per essere lanciata da un' arco. Scompaiono tutti i dubbi e le paure di prima, adesso finalmente, sono solo io.... e la corsa. Ho deciso di partire piano. E' difficile per noi che arriviamo dalla maratona tenere un passo da ultra, tendi sempre ad andare più forte.... Ma poi la paghi!

Dopo tre o quattro chilometri c'è subito la salita di Fiesole. Non è proibitiva, ma col sole che picchia sulla testa è davvero tosta. Tanti "cannano" subito l'andatura, sbuffano già come dei cavalli pur essendo appena al decimo chilometro!

Più o meno dopo un paio d'ore di corsa mi aspetta una bella sorpresa; mentre ammiro il bel paesaggio fiorentino, mi punge una vespa sul labbro: un male cane! Stoicamente procedo, ripetendomi che non è successo niente...figurati se perdo tempo a farmi medicare!

Scendendo giù da Fiesole, verso Borgo San Lorenzo, troviamo un ingorgo di camper, auto e altri mezzi delle persone venute a vedere la corsa. Qui l'aria non è prettamente pura...!

Comunque adesso ci sarà un bel pezzo di discesa. Molti si lanciano giù a rotta di collo, ma anche qui decido di non esagerare. L'idea che mi sono fatto nell'affrontare la 100 è quella che il fisico non deve mai forzare e le gambe devono girare, per quanto si riesca in uno sforzo così prolungato, il più possibile sciolte.

Arrivati in basso, affrontiamo un tratto pianeggiante, dove sembra che manchi l'aria e il sole ti cuoce a puntino. Meno male che i ristori non mancano e in queste situazioni sono una vera manna dal cielo.

Così, "ridendo e scherzando", siamo arrivati all'attacco del fatidico Passo della Colla: quindici chilometri di "puro divertimento".....

Salendo su per le erte comincio a recuperare i primi..."cadaveri". Molti runners si mettono a camminare, ma io non mollo, ho deciso di correrla tutta, LEI, la 100.

Più o meno a metà della salita trovo un cartello: "42,195", DI SOLITO FINIVO QUI...Non mi ricordo chi fosse il personaggio famoso, ma in questi casi mi sembra dicesse "tirem innanz". Più o meno quando cominciamo ad essere un po' "stanchino" (vedi Forrest Gump) ho chiesto a un addetto alla corsa quanto mancava al passo: un chilometro.

Bon ci siamo!

In cima trovo una bella folla: tifosi, amici, parenti preoccupati e c'è qualcuno che ti consiglia, addirittura, di fermarti a mangiare le salsicce...ok crisi di fame, ma così è un po' troppo!

Scavallato il culmine sembra che la corsa cambi faccia. Mi trovo a correre quasi sempre in solitudine. Raggiungo una ragazza bionda, la saluto, non mi risponde, giuro che non ci volevo provare.

Da dietro sento arrivare dei dialoghi in dialetto bergamasco....è inutile non si capisce niente.

Mi raggiunge ad alta velocità un uomo di piccola taglia, mi supera, sta andando al doppio di me....dopo un attimo, quando prende una stradina laterale e lo scorgo con i calzoncini in mano, capisco perché andava così forte...la 100 km è anche questo! Mica è solo poesia!

Si sta facendo buio e c'è parecchia umidità nell'aria. Mi dicono a un ristoro che Calcaterra, il grande delle 100, là davanti, ha preso la grandine. Vedi che fortuna arrivare dopo.

Le gambe cominciano a farmi male, ma non è un problema, l'avevo messo in conto. E' normale che dopo 50 km il corpo inizi a protestare. La testa però non cede, è ancora di granito.

Arrivo a Marradi e qui troviamo un bel ristoro. C'è un sacco di gente che incita animatamente e...ci fa sentire un po' "speciali". E' una bella botta di adrenalina che mi dà un sacco di forza. Riparto insieme ad altri runners. Dopo poco, un paio mi salutano e allungano, gli altri li perdo per strada. Sono di nuovo solo, anzi no, mi fanno compagnia le rane che si fanno sentire dal bordo del percorso. E' buio pesto e decido di mettere la torcia frontale e le fasce catarifrangenti....almeno mi vedono! In questa condizione, quasi metafisica, mi sembra di parlare da

solo e dirmi che i 20 km che mancano sono ancora tanti, ma che per rispetto del "culo" che mi sono fatto in questi mesi devo tenere duro.

In questa situazione di scarsa illuminazione si fa fatica a capire la pendenza della strada, in certi tratti sembra salita... e si che m'avevano detto che dalla Colla in poi era tutta discesa...o forse sono io che comincio a vedere "il muro".

A un certo punto ai lati della strada si ferma un'auto, dalla porta dietro scende una donna asiatica col pettorale e si mette a correre davanti a me...la supero e la guardo perplesso....ma nel podismo non si dovrebbe andare a piedi? Va be', ognuno ha le sue soddisfazioni.

Ho scaglionato mentalmente gli ultimi chilometri in blocchi di cinque, dove in pratica si trovano i ristoranti. Così da farli diventare i miei punti di riferimento nell'avvicinamento al traguardo. Quando li raggiungo a dir la verità non mi va di prendere niente, ma almeno l'acqua e i sali li devo bere....va be' anche un pezzo di banana.

Così di cinque in cinque, arrivo al novantacinquesimo, a vederlo scritto (95) il numero fa impressione. Le gambe, adesso, fanno veramente male, ma la testa se l'è dimenticate e il pensiero del traguardo mi anestetizza.

Da qui i chilometri vengono segnati uno per uno. Coreograficamente molto bello, ma sembrano ancora più lunghi. Ogni volta spero di non aver visto il cartello, invece deve ancora arrivare...

Un signore mi grida : "E L' ULTIMO". Lo guardo, quasi implorante e lui, con un gesto di grande generosità, mi ripete : "sì, sì, è l'ultimo... lì c'è il cartello" .

E' vero. Lo passo. Un vigile, a un incrocio, con grande serietà, ferma una macchina per farmi passare e mi dice: "trecento metri e ci sei".

Da qui in poi, praticamente non tocco terra. Volo sulle ali della mia felicità.

Anche se è l'una di notte, la Piazza del Popolo di Faenza è ancora piena di gente che urla e applaude quelli del PASSATORE.

Guardo il timer sopra al traguardo: 10h:03min., un esperto dice:"eccellente"! E io stringo forte i pugni...da oggi anch'io sono uno di quei "PAZZI DELLA 100 KM".

Alberto P.