

1977, una stagione difficile

di Matteo Sebastiano Piombo, 19 marzo 2010

Questa storia la dedico a tutti gli atleti e le atlete che sono fermi per infortuni o problemi fisici. È una storia vera e mia, vissuta a 22 anni in una stagione in cui credevo di migliorare i miei personali e invece rimasi fermo a lungo.

È un messaggio a non lasciarsi prendere dallo sconforto quando si è fermi e soprattutto a capire, come dico sempre, che l'infortunio fa parte della carriera quanto le gare. E se noi siamo quello che siamo, possiamo dire, che un po' è anche grazie ai nostri momenti no. Quando magari non potevamo neppure correre, ma proprio per quello abbiamo indurito e forgiato la nostra passione. L'abbiamo resa più forte e più vera. E per sintetizzare il tutto la frase che un atleta, più esperto di me, mi disse nell'amaro maggio 1977 "Tieni duro, quando passerà sarai migliore".



La stagione 1977 cominciò per me solo a febbraio. All'epoca lavoravo e studiavo, ero molto impegnato e mi restava ben poco tempo per correre. Ma avevo ancora tanta voglia e a inizio febbraio trovai lo spazio per allenarmi. La

stagione precedente era finita col l'obiettivo mancato di andare sotto i 2' sugli 800 e di fare i 1500 in 4'10". Un discorso rimandato al 1977. Ci credevo e il mio allenatore con me.

La prima campestre della stagione fu a metà febbraio a Pozzolo Formigaro. Otto km. molto faticosi, undicesimo arrivato e settimo tra i senior. Unica nota saliente di quella fredda mattina invernale fu che si dimenticarono di me al punto che, uscito dagli spogliatoi, non trovai nessuno della mia società per tornare a casa. Fu grazie all'allora fiduciario FIDAL Colla che tornai a Tortona quel mattino. Forse un presagio che non era l'anno giusto? Due settimane dopo andò un po' meglio, ottavo su 8,2 km. e nel campionato provinciale individuale arrivai nono, senza lode e senza infamia.

Mi allenavo e aspettavo le prime gare su pista. L'esordio fu ad Asti il 9 aprile sui 500 metri, mai corsi prima né dopo. Ero in prima serie e ai 400 passai in 55"5 per chiudere la gara in 1'12"5. Non male. La settimana dopo, sempre ad Asti, c'erano i campionati di società. Passai tutta la settimana ad allestire la squadra. Dovevamo fare 20 punteggi in almeno 15 gare diverse e non era facile trovare specialisti in diverse gare. Era il mio esordio come dirigente e me la cavai egregiamente. Ci qualificammo per le finali regionali e io gareggiai nei 1500 il sabato (4'27"6) e negli 800 la domenica mattina (2'08"4). Era il 17 aprile, quel giorno ed ero contento. Stavo tornando in forma pian piano, avevo fatto egregiamente il mio compito come dirigente e la stagione prometteva soddisfazioni.

Il giorno dopo mi allenai con qualche piccolo problema alla tibia sinistra. Credevo fosse affaticamento e non ci pensai troppo. Ma il martedì sui ritmi veloci (500,400,300,400,200) non ero molto brillante. Il problema venne fuori il giorno dopo, mercoledì 20 aprile, la gamba sinistra faceva davvero male. Mi fermai dopo 20' e provai a star fermo due giorni. Il sabato andai a Torino per la fase regionale del campionato di società. Dovevo fare i 400 ed ero in seconda serie. Il dolore era fastidioso già nel riscaldamento. Già alla partenza sentii subito che non andavo. L'immagine di quel pomeriggio terso, al comunale di Torino (oggi stadio Olimpico) era davvero triste. Uscivo dalla seconda curva e vedevo tutti gli altri atleti della serie là in fondo, mentre io arrancavo in quegli infiniti ultimi 100 metri. Impiegai 59"2 a fare quel quattrocento, umiliante. Tornai a casa e capii che ero infortunato, che dovevo guarire prima di tornare a correre. Mi affidai ad un massaggiatore esperto, una persona che sembrava competente e di cui mi fidavo. Mi affermò che avevo una periostite tibiale, un'inflammazione che sarebbe passata con riposo e Lasonil. Così iniziai

mettendo sulla gamba questa pomata ogni sera, con una borsa di plastica sopra per far sudare il muscolo e favorire la penetrazione del Lasonil. Ma non cambiava niente. Ero fermo da 10 giorni e il problema restava uguale. Il 10 maggio provai a correre, ma mi fermai dopo 20' lentissimi. Stessa fine due giorni dopo.

A maggio era dura vedere gli amici andare a gareggiare e io che potevo solo invidiarli. Non volevo stare fermo, non ci riuscivo. Facevo corsa lenta e iniziai a frequentare il mondo delle non competitive. La domenica andavo con alcuni amici a correre gare su strada di 10-12 km. Non era l'atletica leggera che conoscevo e amavo, ma era meglio di niente. A luglio avevo un esame e così mi impegnai maggiormente nello studio, ottenendone buoni risultati.

Rimasi totalmente fermo dal 28 giugno al 23 agosto e la periostite passò. Così come era venuta se ne andò. Ero giù di condizione ma avevo una gran voglia di allenarmi, di correre, di gareggiare. Il 24 settembre c'erano i campionati di staffetta. Vincemmo la 4x800 in 9'25"5 e io corsi la mia frazione in 2'13"0.

Lento ma non indecente. Nella 4x200 arrivammo secondi in 1'45"3, la mia frazione fu cronometrata in 25"4. Il giorno dopo andai a fare una corsa di 12 km. di pianura e giunsi ottavo, in 42'00". La forma stava tornando.

Poi cominciò un periodo impegnativo per il lavoro nella cantina sociale dove ero allora impiegato. Tre settimane senza tregua. Si partiva al mattino alle sette e, salvo pausa pranzo, si finiva alle 22. La vendemmia che mi faceva pensare che non averi corso ai provinciali individuali, in programma il primo fine settimana di ottobre. Invece quelle tre settimane furono piovose al massimo, tanto da provocare alluvioni anche nella mia città. Nessun allenamento né gare, che vennero spostate a fine ottobre. Sabato 22 c'erano i 1500 nella mia città, sulla mia pista, dove ad aprile annaspavo con la periostite tibiale. Ma io non potevo correre perché quel sabato lavorai fino alle 20,00 di sera. La settimana prima avevo fatto solo tre allenamenti, di 5 km. l'uno, con dieci allunghi di 90 mt. tirati.

E la domenica mattina 22 ottobre mi presentai al via degli 800, convinto di non aver nessuna chance per il titolo provinciale. C'erano almeno 4 atleti che avevano tempi vicini ai 2' e altri due che andavano sempre sotto i 2'10". Io avevo fatto 2'13" tre settimane prima e non potevo sperare di meglio. Era una mattina grigia, uggiosa, autunnale. L'aria era fresca e frizzante. La pista in tennisolite compatta. I miei chiodi da 15 mm. affondavano crudeli in quella terra rossa. Mi scaldai bene e nei canonici cinque allunghi ("non uno di meno" recitava il nostro allenatore) mi sentivo sciolto, fluido. Avevo una gran voglia di

correre al massimo. Il ritmo lo dettarono i favoriti. Al passaggio ai 400 in 1'02" ero terzo. Sentii che potevo andare in testa e senza esitare passai tutti. Non pensai a niente, solo a correre il più veloce possibile quel secondo giro decisivo. Ai 600 ero sempre primo. Sentivo dietro i miei avversari pronti a superarmi se avessi mollato, ma non mollai. Vinsi quella gara in 2'06"4. Passato il traguardo guardai il cielo, ringraziando Dio per quell'inatteso regalo.

Non mi decidevo ad andarmi a cambiare, non sentivo né freddo né umidità. Sentivo la mia forza di atleta in forma, sentivo che parte di quella forza era diversa da prima dell'infortunio. Quella periostite tibiale non mi aveva solo riempito la casa di tubetti di Lasonil ma aveva rafforzato il mio carattere di atleta. Aveva ragione quel mezzofondista che a maggio, un giorno in cui ero fermo e non sapevo quando avrei ripreso a correre, mi disse "Quando passerà sarai più forte di prima". Non alludeva al fisico, ma al carattere. Ho avuto altri stop forzati nella mia carriera di atleta, ognuno con sua dinamica propria. Ognuno mi ha dato qualcosa che dopo è servito a ricominciare.