

Tempo probabile sopra i 2'20"

di Matteo Sebastiano Piombo, 8 ottobre 2010

A volte una gara è corsa con così poca voglia e motivazione da non lasciarci nessuna impressione positiva. Però dopo un certo tempo magari la ricordiamo lo stesso e facciamo fatica a trovarla così negativa come subito ci era apparsa. Forse eravamo stati troppo spietati quel giorno, forse ci aspettavamo di più, forse quel risultato merita di essere rivalutato almeno un poco.

La stagione 1979 non era stata per me molto fortunata. Dopo un inverno di allenamenti non molto convinti avevo esordito a maggio con tempi alti per me. Sui 1500 avevo fatto un 4'49"4 e un 4'43"2. E sugli 800 contavo un 2'17"4 e un 2'15"1. Non trovavo insomma i ritmi delle stagioni precedenti e andare ancora sotto i 4'30" e i 2'10" sembrava difficile.

Facevo allora delle corse su strada di 12-13 km. dove il risultato era meno spietato. Mi piazzavo a volte nei primi 10-12 e non era poi rilevante che battessi concorrenti modesti. Il fatto di partire allora anche in 300-400 concorrenti faceva sembrare quei piazzamenti più validi del reale. Che poi i veri corridori fossero una minoranza importava poco.

Provai allora a fare qualche 5000 senza troppe pretese. Anche lì faticavo a avvicinare i 16'56" del mio personale e per ottenere un mediocre 17'34" avevo fatto una gran fatica.

Giugno era un mese caldo quell'anno, afoso, le piste torride non mi regalavano soddisfazioni quando riprovai a fare i 1500. Ottenni un 4'42"9 a Cuneo che era il record stagionale e un 4'45"0 ai provinciali di Acqui Terme dove arrivai nono, battuto anche da atleti che di solito mi arrivavano ben dietro. Provai allora a fare dei 400 ma rimasi ancor più deluso. A Pavia un caldo sabato pomeriggio feci il giro di pista in 1'00"7 ... A metà mese corsi due volte i 5000 in circa 17'30" (esattamente 17'29"3 e 17'30"5, a Genova e ad Alessandria) due corse molto simili nella gestione. Partivo troppo veloce (3'10" al km.) e andavo bene fino ai 3000 (10'15"-10'17") ma nei due km. finali mollavo. L'ultimo mille lo facevo in circa 3'35" il che voleva dire mancanza di tenuta a quel passo. Su strada andavo un po' meglio, decimo in una gara di 12 km. a Serravalle Scrivia, ma quanto valevano gli atleti che avevo battuto?

Sabato 23 giugno ad Alessandria c'erano i campionati provinciali e io non sapevo proprio che distanza correre tra 5000 e 800. Mi sentivo lento, ma sulla lunga distanza il caldo feroce di quel pomeriggio era più arduo da affrontare, come fosse un avversario in più. Gli 800 erano in programma alle 17,30 e facendo quella gara potevo correre anche la 4x400 in cui avevamo un quartetto modesto, ma magari i nostri rivali della Nuova Atletica Alessandria non erano al completo. Come accade a volte quando non si va forte si sceglie di fare troppe gare. E così quel giorno d'istinto decisi di fare 800 e 4x400.

Era molto caldo, aria ferma, afosa, temperatura che era meglio non conoscere, ma ben superiore ai 30 gradi con umidità elevata. Sulla pista sintetica e al sole poi la temperatura sale ancora e l'ombra, su quella pista, era limitata alla sola seconda curva, meno di 50 metri su 400 del giro. Tutto il resto era al sole spietato.

Quasi un anno prima nella stessa gara e nello stesso impianto ero arrivato terzo, in 2'12"8 ma delusissimo. Anche quella volta ero andato male, senza grinta e determinazione.

Partivamo in otto ma nessuno aveva tempi inferiori ai 2'. Finito riscaldamento e allunghi le sensazioni che avevo erano di grande fiacchezza. Poca voglia, poca motivazione, poca grinta. Mentre rispondeva all'appello dello starter mi chiedevo dove attingere le energie per fare quei due giri di pista. Al colpo di pistola mi ritrovai subito a chiudere il gruppo. Dietro avevo un solo avversario, un marciatore che però faceva anche corse di mezzofondo. Vedermi davanti tutti i rivali in pratica non bastò a darmi un po' di carica. Mi limitai a cercare di stare sotto, a non perdere troppi metri. Ma al passaggio dei 400 ero ancora settimo, con poche *chances* di recuperare posizioni. I miei amici erano tutti impegnati in riscaldamento, nessuno mi diede il passaggio ai 400 né quello ai 600, mi sembrava di andare pianissimo, mi chiedevo se sarei andato sotto i 2'20". Il secondo giro mi sembrò una gara di fondo, la davanti il gruppo a lottare per la vittoria, in mezzo uno juniores che cercava di tenere il suo passo e io, dietro a tutti, con un solo avversario che sentivo dietro. Dopo l'ultima curva sbucai sul rettilineo ma neppure questa fase mi diede più motivazione, ero davvero scarico mentalmente e non riuscì a stimolarmi neppure l'idea di non essere raggiunto dall'avversario che mi seguiva. Finii insomma come se avessi fatto un 10.000 e non un ottocento, senza la minima variazione di ritmo. Non avevo amici a incitarmi, l'allenatore pensava ad altro, i dirigenti pure, in quegli ultimi 100 metri sotto il sole cocente e spietato mi sentivo davvero solo. In quei

frangenti anche un minimo incitamento aiuterebbe, ma non me lo fece nessuno. Tagliai il traguardo e di quell'attimo mi resta una foto significativa. Il giudice d'arrivo mi guarda, la nera pista in rubkor è deserta e l'unico avversario battuto è dietro di una cinquantina di metri. Quella foto riporta tutta la desolazione di essere stati battuti senza neppure aver combattuto per un solo metro. Non chiesi neppure il tempo una volta arrivato, sapevo che era pessimo e temevo anche di aver fatto più di 2'20".



Andai ad asciugarmi e preparami alla 4x400 che sarebbe partita alle 19 circa. Quella seconda gara fu meno disastrosa, fummo battuti ma di poco. Corremmo in 3'46"2 e io feci la quarta frazione contro il loro miglior frazionista, un atleta che andava sotto i 50". Il mio tempo fu modesto (1'00"2) ma finii abbastanza in spinta. E poi eravamo in quattro, si scherzava, l'allenatore dei velocisti, Franco, contribuì a farci vedere positiva la nostra gara con alcune battute sulle 4x400 americane. Quel pomeriggio finiva in fondo bene, mi ero quasi dimenticato dell'ottocento così negativo nel ricordo.

Conoscevo un giudice e per curiosità gli chiesi che tempo avevo fatto, mi disse che non ricordava e allora gli dissi "sopra i due e venti ?" E lui rispose "credo di sì". Non ebbi altre notizie quel giorno, nelle settimane successive gareggiai solo su strada, salvo una 4x400 a Savona in notturna. L'allenatore era via e quel

risultato non riuscii più a vederlo, io scrivo tutti i miei allenamenti e gare, fin dal 1972, e di quella gara non sapevo cosa scrivere. Così usai la frase "tempo probabile sopra i 2'20"?".

A settembre tornai ad allenarmi con impegno e lasciai le corse su strada e in montagna. Feci un 3000 in 9'56"7 poi un 800 in 2'13"9 e un 1500 in 4'35"1. E di quell'ottocento di fine giugno restava un ricordo solo negativo, una gara veramente modesta, scrissi sul diario "tempo sui 2'22" ma era solo una mia supposizione. Non sapevo affatto che tempo avessi realmente fatto.

Dovetti aspettare ben sedici lunghi anni per sapere finalmente il risultato di quella corsa. L'unico atleta che avevo battuto quel giorno non era solo un valido marciatore ma anche un preciso statistico. Per la sua società teneva tutti i risultati e a fine estate del 1995 parlando mentre ero a una gara ricordai con lui quell'800 di un torrido sabato di giugno 1979.

Ricordava benissimo la gara e mi disse di avere il risultato ufficiale. Me lo telefonò qualche giorno dopo, il 9 settembre, avevo corso quell'ottocento in 2'17"8. La gara era stata vinta in 2'05"6, quattro avevano fatto meno di 2'10", il quinto 2'12"4 e io ero sesto. Il mio amico era quindi settimo in 2'29"4. Un quattrocentista si era ritirato nel secondo giro. In fondo avevo fatto solo 2 secondi in più del miglior tempo stagionale. Non era stata così disastrosa come sembrava quella corsa, date le condizioni di afa e caldo.

Però quell'ottocento rimase a lungo per me la peggior gara in pista mai fatta. Per la mancanza di grinta, di stimoli, di volontà di andare.