

Diecimila metri

di Matteo Sebastiano Piombo, 28 giugno 2011

I diecimila su pista sono una gara difficile, per tutti. Per affrontarli bisogna avere allenamento, preparazione adeguata e anche uno *status* mentale predisposto alla fatica. Se affrontati senza esperienza, a diciotto anni, in un torrido pomeriggio di giugno alle 18 circa, su una pista in rubkor (materiale ideale per assorbire calore) diventano davvero ardui. Però il ricordo resta, e ancora oggi che sono passati 38 anni da quel 23 giugno 1973 per me quel 10.000, seppure tra i più lenti della mia carriera, ha un suo valore che va oltre il tempo fatto e il modesto risultato ottenuto.

Quel sabato ad Alessandria si svolgevano i campionati provinciali juniores, quindi per gli atleti di 18-19 anni. Io facevo atletica da circa otto mesi, avevo 4'38" sui 1500 e 17'44"6 sui 5000. Non avevo mai fatto in gara i 10.000, né intendevo farli quel giorno, in cui la temperatura sfiorava i 32 gradi.

Gli juniores alessandrini nel 1973 non erano numerosi, ma decisamente c'era gente forte. Il programma gare era completo, e annoverava anche la 10 km. di marcia. Alle iscrizioni il migliore, il casalese Busto, aveva scelto di fare i 1500 forte del suo 4'07" sulla distanza. Un altro atleta, più scarso di lui, ma più forte di me, decise di fare gli 800. A me e a un novese restavano le altre due distanze di corsa piana, 5000 e 10.000. Il novese scelse la prima e siccome non lo avevo quasi mai battuto pensavo che per vincere un titolo dovevo fare i 10.000. C'era iscritto solo un atleta con un tempo superiore a 41 minuti. In allenamento controllato avevo fatto una volta, a marzo, il tempo 37.54.3 e pensavo a una facile vittoria. Stessa opinione aveva il mio allenatore e il suo assistente, pronto a darmi i passaggi. Bastava correre a 4' al km. per non avere problemi. Il programma andava a rilento e alle 18 c'erano ancora da fare 5000, 10.000 e 10 km. di marcia, con 4 iscritti totali. Il direttore di riunione decise di far partire tutti insieme. L'unico ad avere un avversario ero io.

Ma persino il suo allenatore aveva detto "il titolo è perso". Non sono mai stato sicuro di niente in gara, alla partenza. Tutti ci possono battere e tutti possiamo battere. Ma quel giorno, a diciotto anni, ero convinto di avere la vittoria in tasca.

Così allo sparo presi il comando con passo deciso e senza paura. Faceva ancora un caldo pazzesco e quella superficie gommosa e bituminosa rendeva ancor più

dura la gara. Il mio avversario non mi seguì subito, rimanendo dietro a qualche metro. Al primo km. l'assistente del mio allenatore mi disse che andavo bene ed ero passato in 3.50. Inanellavo i vari giri senza problemi, fino al terzo km. Lì la fatica cominciò a farsi sentire. Il mio avversario era dietro ma di pochissimo, vedevo nitida la sua ombra seguire la mia. Era molto più dura di quanto credessi tenere il passo da 4' al km. e il famoso assistente, per il caldo, se ne era andato. Nei due km. seguenti la gara si decise, il mio avversario mi superò verso i 4600 metri e capii subito che era più fresco e non sarei riuscito a tenere il suo ritmo. Non sapevo che passo facevo e in pista c'era solo, oltre a noi il concorrente della 10 km. di marcia. Ero intanto rimasto solo e il campo di atletica si era svuotato. Due giudici ci controllavano i giri con un cronometrista, sotto un grosso ombrellone. Al sesto km. avevo decisamente voglia di fermarmi. Andavo ormai a un ritmo penoso, le gambe non giravano, ero in crisi nera e il mio avversario aveva circa 60 metri di vantaggio.



Probabilmente anche lui stava pagando l'avvio troppo veloce. Anche lui aveva una pesante crisi, ma era davanti. Quando vidi sul contagiri il numero dieci mi chiesi come avrei potuto finire quella tortura. Così decisi di adottare la tattica dei piccoli traguardi, l'obiettivo era sempre finire il prossimo giro. Andavo avanti senza più altro scopo che finire, arrivare al traguardo e porre fine a quella assurda gara. Non sapevo più niente, né che passo facevo né quanto mancava alla fine. Ma sapevo che dovevo continuare. Arrivò la campanella dell'ultimo

giro, lontano era il mio rivale con almeno 200 metri di vantaggio. Non lo avrei ripreso, non sarei stato campione dei 10.000 ma finire avrei finito. E finalmente arrivò l'ultimo rettilineo, passai la riga fatidica e cercai subito di bere qualcosa. Non ne potevo più. Andai a cambiarmi, deluso e amareggiato. Poi tornai a vedere il tempo. Un giudice premiava i primi tre e mi consegnò una bella medaglia del Coni in bronzo per il secondo posto. Guardai sul risultato e avevo fatto 40.55, il mio rivale mi aveva battuto di circa un minuto. Credo sia stata la gara più lunga che ho mai fatto, tanto ho sofferto. Ma ero soddisfatto, non mi ero fermato, anche se non ne potevo più ho finito. Non ho mai considerato negativa quella prestazione, anche se è stato uno dei miei peggiori 10.000 come tempo. E quella medaglia di bronzo del Coni ha un posto significativo tra i miei premi, perché ricordo bene quanto mi è costato vincerla, anche se non avevo nessuno dietro di me. Ma un avversario io quel sabato l'ho battuto, non mi sono fermato e credo che molti corridori diciottenni non lo avrebbero tagliato quel traguardo nelle mie condizioni.