



16^ Maratona di Reggio Emilia  
10.12.2011

di Francesca Contardi, 12 dicembre 2011

Sulla scrivania stamattina ho messo la mia pesantissima medaglia da finisher a memento della bella giornata di ieri.

**"Chapeaux!"** a mia sorella Paola, che zitta zitta, è arrivata al traguardo in 3 ore e 44 minuti, il suo miglior tempo, senza l'ausilio di nessun GPS, cronometro, nessuno strumento.

La tecnologia, infatti, l'ha abbandonata sul percorso; ma lei ha fatto spallucce ed è andata avanti tranquilla e regolare come un orologio.

Quando abbiam visto i suoi passaggi sul sito dei cronometristi, quasi non ci si credeva! Roba da promuoverla subito **pace maker** per le quattro ore! Una vera maratoneta.

Pietro invece è stato il più sfortunato, perché è partito con una contrattura muscolare che avrebbe tenuto fermi tanti altri, ma non lui.

Nonostante ciò, ha chiuso in tre ore e diciassette, senza spingere nemmeno troppo.

Magari un giorno si deciderà a far fatica anche su questa distanza, lui che è abituato a gare di ben altro chilometraggio.

E io?! Io posso dirvi contenta di aver corso bene, per una volta senza patimenti e senza alibi mentali: "fa' freddo, fa' caldo, sono stanca, non ho dormito, mi fa' male il ginocchio, mi fa' male la pancia, ho i crampi...".

Io che sono una tale lagna (!!), ho corso e basta, convinta che avrei potuto fare una buona gara ed ho avuto ragione a crederci.

Regolare, prudente, senza strafare, perché comunque 42 km e 195 metri sono lunghi e possono sempre riservare delle sorprese.

Le proiezioni, per quanto siano affidabili e positive, rimangono tali finché non hai varcato il traguardo, perciò non mi sono permessa di elaborare calcoli astrusi sul tempo finale, fino al 35° km.

Quando ho capito che, mantenendo il mio passo, sarei arrivata sotto le tre ore e 35 minuti, che era il mio obiettivo, solo allora mi è sfuggito un sorriso, ho cercato di aumentare un po' (ma di poco poco..!) il ritmo e sono andata a prendermi il mio "3 e 33", il mio personal best.

Niente muri del maratoneta, ma tante belle sensazioni, tante emozioni e tanta felicità nel veder coronato il piccolo traguardo podistico dell'anno 2011, che si è concluso in bellezza con una buona prestazione sulla distanza che trovo più affascinante.

Una nota di plauso agli organizzatori dell'evento, che hanno saputo gestire con ottimi risultati una folla di più di tremila partenti.

Ottimi i servizi offerti, tra cui il palazzetto dello sport ben riscaldato a disposizione dei partecipanti, prima e dopo la gara; un generoso pacco gara, un'oculata distribuzione dei ristori e del servizio di spugnaggio, freddo e caldo; un adeguato presidio del percorso.

Ho anche apprezzato lo sforzo di animare un po' la manifestazione con musica, megafoni, la banda degli alpini alla partenza e gli incoraggiamenti dei volontari lungo il percorso, specialmente negli ultimi due chilometri.

La città del tricolore mi è sembrata affettuosamente legata alla maratona, anche se il percorso si snoda prevalentemente tra i paesini e le campagne intorno al capoluogo.

Sicuramente abbiamo vissuto un'edizione particolarmente fortunata della manifestazione (anche il meteo è stato piuttosto clemente!), il che ha contribuito a offrirci una splendida domenica di sport e alla realizzazione di un piccolo ma faticoso sogno.