



## *Maratona della Pace di Bagnacavallo*

*15/01/2012*

*di Francesca Contardi, 16 gennaio 2012*

Iniziamo l'anno podistico 2012 con un appuntamento un po' particolare, in quanto la Maratona di Bagnacavallo, che si corre su un anello di circa 9,3 km sulle sponde del fiume Lamone, a Traversara di Bagnacavallo, in provincia di Ravenna, in realtà non è una vera e propria maratona: infatti non si svolge su strada, ma sul sentiero sull'argine del fiume e non è neppure in vero e proprio trail, perché il dislivello positivo è appena di 50 metri.

Mentre corro i primi 200 metri che dall'abitato di Traversara mi conducono sull'argine del Lamone, mi trovo a pensare che questa manifestazione è davvero un appuntamento per ultramaratoneti, ed eccellenti per di più!

Tra i partenti scorgo volti noti come quello di Ivan Cudin, il trionfatore alla Spartathlon, un mito nell'ambiente dell'ultramaratona, e poi Marco Zarantonello e Giuseppe Marazzi, nomi affermati del trail italiano. Non che la rappresentanza femminile sia meno valida: Maria Ilaria Fossati, Monica Barchetti, Giuliana Arrigoni e Patrizia Pensa. Nonostante ciò, l'atmosfera è molto rilassata e la partenza si svolge con una certa cautela: i partecipanti risalgono l'argine, dove la collana di podisti comincia a sgranarsi lentamente nella nebbia, che alle nove di mattina getta ancora il suo manto umido su di noi.

Sullo sterrato morbido, a tratti cedevole, dell'argine corro ad un ritmo più veloce di Pietro, che mi lascio indietro già al primo chilometro. Io, infatti, partecipo alla non competitiva di 18 km, per poi concedermi, se ne avrò voglia, un ulteriore giro di allenamento.

Il terreno non è semplice per chi è abituato a correre sull'asfalto: un corridoio stretto e inclinato, con un solco di terreno compatto dove i piedi trovano l'appoggio faticosamente. Con poca disinvoltura completo il primo tratto di circa quattro chilometri per raggiungere il ponte sul Lamone che mi porta sull'altra sponda, al primo ristoro, fornito di ogni genere di conforto.

Un bicchiere di tè caldo, bevuto con molta circospezione per non bagnarmi (la temperatura, infatti, è decisamente rigida e spira una brezza gelida) e poi di nuovo l'argine, con un suolo ancora più disconnesso, laddove è stato percorso dai cavalli. Completato l'anello di 9,3 km circa, mi accorgo che l'organizzazione, in una botta di sadismo, ha pensato bene di farci scendere dall'argine per arrivare al ristoro e poi di farci salire di nuovo attraverso una simpatica gradinata intagliata nel terreno!

Per fortuna, io la devo fare solo altre due volte, penso.

Sono le dieci del mattino e ho ancora i guanti infarinati di brina. Avevo programmato di fare un bel giro veloce e poi di togliermi l'antivento, ma non se ne parla neanche!

Completati i miei 18 km, arrivo al ristoro, mi prendo un'altra bella tazza di tè caldo e chiedo al giudice il permesso di fare un altro giro.

Con un estroverso accento romagnolo mi viene risposto che posso correre finché ne ho voglia!

Così, aspetto Pietro, che sta per passare, e lo seguo ad un'andatura più tranquilla, che mi permette anche di dare un'occhiata, con spirito quasi turistico, al paesaggio bucolico intorno alle sponde del Lamone: i folti ciuffi di canne ed arbusti che lo cingono e i cascinali che spuntano da sotto l'argine. Sulla strada che corre sotto la scarpata transitano molti ciclisti, che commentano a voce alta le nostre fatiche.

Finisco in allegria i miei 28 chilometri di allenamento e, con molta soddisfazione, approfitto dello spogliatoio e della doccia bollente che l'organizzazione ci ha messo a disposizione.

Raggiungo Pietro sul traguardo: è contento, perché ha migliorato il tempo dell'anno scorso di ben nove minuti e con 3 ore e 50 minuti si è piazzato 29° nella classifica maschile.

Ci rifocilliamo con un ottimo piatto di pasta, piadina con prosciutto crudo e squacquerone di Romagna che integrano l'ospitalità attenta e generosa dell'organizzazione, che ha messo in piedi un bell'evento di sport, sicuramente inconsueto ma molto ben congegnato.

Torniamo a casa con un bilancio tutto positivo: una giornata sportivamente ben riuscita e una conferma nel nostro calendario di appuntamenti podistici.