



Attraverso la Valby

di Edmil Albertone, 4 luglio 2012

Ciao amici, in questo racconto - con altri 500 - attraverserò a ritmo di corsa ... un'avvenente quarantenne genovese: Valby, per i podisti e non!!!

Dal gennaio di quest'anno sono genovino di maglia sociale (Gruppo Città Di Genova) e, alla prima occasione, curioso come una scimmia, chiesi ai miei neo compagni di società quale fosse la gara simbolo della città che mi ha adottato sportivamente: la Valbisagno, mi risposero tutti, quasi che la domanda fosse troppo banale. Pensai, d'istinto e passione: se potrò non mancherò...

È sabato pomeriggio, insolitamente festivo, ricorre la festività del 2 giugno, arrivo in treno alla stazione di Genova Brignole vuota o quasi, fuori la città stranamente placida si sposa con il cielo lattiginoso e l'aria greve di umidità, donandole un'atmosfera assopita che ricorda toni autunnali, tra l'altro i miei preferiti.

Guardo l'orologio e mancano circa tre ore all'inizio delle danze, quindi nessuna fretta, ho tutto il tempo per ingannare la lunga attesa. Trovo una panchina nell'adiacente giardino presso Piazza della Vittoria, mi siedo e mi abbandono per una mezz'oretta nelle braccia di Morfeo (Venere? non era in zona). Sì amici ho dormito e non me ne vergogno anzi... quel pisolino pomeridiano mi ha fatto capire che ero rilassato e non teso, come è invece accaduto in molte altre gare, soprattutto quelle ciclistiche di anni addietro.

Aneddoti ne ho sentiti parecchi sugli atleti che riuscivano a estraniarsi fino all'ultimo dalla "tensione della gara". Il mio ex direttore sportivo del ciclismo mi ripeteva spesso che "se sbadigli prima della gara sei in forma, andrai forte (ovvero metterai in campo il tuo potenziale massimo) perché non disperdi inutili energie nervose!". Questo mi ripeteva - quasi come un mantra - prima dell'inizio della gara.

Il riscaldamento attivo di corsa dura poco, come sempre... per me circa 15 minuti, qualche breve allungo un po' di stretching, ma l'importante è preparare gradualmente la propria mente allo sforzo e, man mano che si avvicina l'ora X, sento che sono pronto, i piedi sono reattivi e l'adrenalina entra in circolo. All'avvicinarsi delle 20,30 percepisco che aumenta l'impazienza della moltitudine degli atleti, coloratissimi nelle loro divise e vocianti nell'attesa dello sparo dello starter.

Tutti i podisti, i più forti ed i tapascioni, hanno già lo sguardo rivolto al tunnel posto di fronte a noi, in attesa dello sparo del mossiere che ufficializzerà l'inizio delle "danze" e porrà termine ad un'attesa che - per molti - dura da mesi.

I primi km. ho la sensazione che siano eterni... controllo nervosamente il gps e calcolo la distanza che mi separa dal traguardo... ho la sensazione che il motore non giri a dovere.

Tuttavia, per motivarmi ad insistere, mi persuado che "sono nella fuga buona" ed in effetti radio corsa (sì, vi era una radiocronaca diffusa in zona arrivo) annunciava i nomi dei sei attaccanti e tra questi c'era il mio nome: "devo arrivare nei primi 5!!!" mi ripetevo "nel ciclismo vengono citati sui mass media nazionali i primi 5!!!"

Dai primi chilometri la sensazione di mancanza d'ossigeno - a causa dell'umidità - è soffocante, la strada larga e dritta non mi aiuta, non si molla mai anzi... poco prima del quarto km. i due atleti marocchini, Mohamed Rity e Chakour Nour Edone, allungano decisi e rimaniamo in quattro ad inseguire. Ma poco dopo il mio compagno di società El Mounim abbandona e realizzo che sarei arrivato nei primi cinque alla Valbisagno... "Non mollare EDMIL !"

Da lì a poco, verso metà gara, in prossimità del traguardo volante sento che mi sono lentamente sbloccato e, ponendomi in testa al terzetto inseguitori, allungo: adesso sono terzo... bene, ma ora dovrò tenere fino al traguardo. Ammetto di aver fatto appello a ogni briciola di energia a disposizione, poi l'automotivazione ha fatto il resto... mi ripetevo: terzo alla Valbisagno, proprio come il mio amico Dennis alcuni anni fa.

"VALBY 10 km" epigrafato sull'asfalto mi dà forza ed una boccata d'ossigeno, ancora poche centinaia di metri... vedo le luci del centro del paese che si avvicinano, poi gli applausi dei numerosi presenti, i flash e la voce emozionata dello speaker (Danilo Mazzone, vincitore di un'edizione) mi confermano che sono sveglio... sono sul podio! Premiazioni adeguate all'evento, curate a livello scenografico e con l'aggiunta di pirotecnici fuochi d'artificio fanno da cornice ai quarant'anni della Valby... quarant'anni sono una bella età, che va adeguatamente festeggiata, e l'associazione G.A.U. l'ha fatto con la consueta professionalità (permettetemi di consigliarvi una breve visita al bel sito della società organizzatrice, www.assgau.it, dove troverete molte informazioni, il prestigioso albo d'oro, molte altre curiosità, foto e video della Valby).

Mentre me ne vado mi imbatto in una coppia di anziani che leggendo incuriosita le classifiche esposte, commenta che i primi tre sono stranieri: Mohamed, Nour Edone, Edmil...