



Turin Marathon, 18/11/2012

di Francesca Contardi, 19 novembre 2012

Ero pronta a correre nella nebbia, che le previsioni avevano promesso ma che Torino ci ha risparmiato, ieri mattina. Ero pronta, pronta a tutto, a soffrire, a stringere i denti, a non cedere.

“E se perdo il ritmo giusto, se vedo che rallento troppo, cosa faccio?!” chiedo a Pietro in Piazza Castello, prima della partenza. Lui è lui, con il piccolo Federico per mano, mi guarda un po’ e poi mi dice “Prendi il labbro tra i denti e te lo mordi, finché non senti il sangue e poi vedrai che riprendi a correre bene!” sta ridacchiando, naturalmente.

“Ma ce la faccio, secondo te?!”

“Ce la fai, ce la fai e puoi correre anche un pochino meglio di 3 ore e 30”.

“Vabbè adesso...” Ma non ci sono scuse, sono qui per questo oggi.

Non mi aspetto niente di meno, da me stessa e pazienza se oggi non mi sento benissimo, ma purtroppo non c’è scelta, devo correre qui, devo correre ora.

La partenza è ressa: non ci sono gabbie, la gente è nervosa, concentrata, e qualcuno anche ciarlifero, fin troppo. Cerco di evitare di prendere botte e di non calpestare nessuno, nemmeno l’anziana signora che forse pensa di correre la StraTorino e si ritrova invece in mezzo alla folla di 4.000 maratonefi furiosi.

Percorriamo Via Roma, arriviamo di nuovo in Piazza Castello, dove scorgo Pietro che scruta la gente che passa correndo, senza vedermi. Gli rivolgo un breve cenno e mentalmente lo ringrazio perché se oggi sono qui a correre, a tentare la mia piccola impresa, è anche merito suo.

Cerco di impostare fin da subito quella che dovrà essere la mia velocità di crociera per centrare l’obiettivo, ma attuare i miei buoni propositi è difficile. Il percorso è un fiume di maratonefi che scivolano verso Moncalieri, costeggiando la riva del Po, accompagnati dal tifo degli astanti e dalla musica dei ragazzini che suonano la batteria. In prossimità del ristoro del quinto chilometro mi tolgo la felpa e rimango in canottiera. È difficile afferrare la bottiglietta d’acqua, che i volontari ci lasciano sul

tavolo, senza andare a sbattere contro qualcuno che invece si ferma già per rifocillarsi. Intuisco che i ristori saranno un bel problema, ma cerco la solidarietà del podista più vicino a me e mi faccio passare la bottiglietta mezza piena. Faremo così per un bel tratto.

Tra il decimo e il quindicesimo chilometro corro accanto ai pace maker delle tre e trenta. Hanno un bel passo vivace, anche un filino troppo esuberante per i miei gusti. Mi sgancio, mentre sento i soliti commenti degli scontenti: "Tropo forte, ci fanno scoppiare..!". Io corro nella mia bolla. So il mio passo, so che posso tenerlo, so che devo farcela. Con buona pace dei palloncini, che poverini, fanno un gran brutto lavoro e nessuno è mai d'accordo sulle loro scelte tattiche.

Passo la mezza regolare in 1:45, so che sto andando bene, ma sento anche che sto cominciando ad accusare fatica e penso che non sarà facile chiudere la seconda mezza con lo stesso tempo. "Provaci, dai, non mollare adesso!". Devo andare avanti con questo passo e devo tenere questo ritmo, non voglio certo sprecare una giornata perfetta: non fa' eccessivamente freddo, non c'è vento e sto correndo come devo correre.

Il passaggio a Grugliasco mi scombina un po': un altro ristoro raffazzonato, curve a sinistra e destra e podisti che si bloccano in mezzo alla strada. Le biciclette di appoggio poi, che per quanto non consentite, animano il contesto con le loro evoluzioni praticamente tra le gambe di chi corre, mi infastidiscono non poco.

"Nella bolla, nella bolla. Controlla le spalle, controlla le gambe, controlla il respiro".

Mi autoipnotizzo e sembra funzionare, mentre mi butto sul lunghissimo drittone che ci riporterà in Torino, per la parte finale, l'interminabile Corso Francia, dove si corre bene con spazio a disposizione, finalmente.

Al 32° so che troverò due amici di Torino, Sara e Andrea. Mi distraigo cercandoli in Piazza Rivoli, ma mi han vista prima loro e mi salutano sbracciandosi. Ricambio con entusiasmo e proseguo tra gente che barcolla, gente che corre ancora bene, in spinta, gente che si è imboscata e approfitta della manifestazione per correre sul percorso libero da automobili.

Avanti così, anche se la fatica adesso si sente. Le gambe son pesanti, ma non cedo alla tentazione di rallentare per riposarmi un po'. "No, no, no, no... Perdersi il personale negli ultimi cinque chilometri" mi dico "è da cretini. Resisti!". Resisto sì, ma che fatica. Dovrei cambiare passo e accelerare ma non riesco. Riesco solo ad avanzare a questo

ritmo ipnotico. Varco il 40° chilometro, sul tappeto che rileva il passaggio e mi accorgo che sono in tempo, se non mollo, se non scoppio, se non mi viene un crampo.

Basta tergiversare, butto la prudenza alle ortiche e comincio ad accelerare, un pochino, ancora un pochino e via, verso Via Roma, dove la gente applaude, incita, commenta ridendo, in un caleidoscopio colorato e rumoroso di cui mi restano appiccate impressioni, come post-it: la ragazza con gli occhiali rossi che si sbraccia, il podista con la maglia e i calzoncini verdi che ha corso in fraterno silenzio con me, gli ultimi 5 chilometri, il tipo in mezzo alla strada che del tutto incongruamente mi urla “sei bellissima” (ma cosa dici?! Ho sputato come un lama, sono stravolta e zuppa di sudore...), la cacofonia della musica in Piazza San Carlo da dove siamo partiti, gli ultimi infiniti duecento metri e la voce dello speaker che scandisce l’impietoso incedere dei secondi dopo la terza ora e i trenta minuti. 27,28,29,30... Ma io sono lì, un groviglio di muscoli che urlano, di nervi che fremono, col cuore che pompa furioso, sono lì e passo il traguardo urlando la mia gioia al mondo.

3 ore, 30 minuti e 34 secondi, consapevole che è solo un piccolo risultato, certo, ma per me così rilevante. Urlo come una matta, come una piccola maratoneta felice...!