

# 18^Placentia Marathon for UNICEF

3 marzo 2013

Quest'anno l'idea è partita dal "MarioBiondi"; finalmente si sente pronto per affrontare di nuovo la distanza regina dell'atletica, dopo l'intervento al menisco subito lo scorso luglio. Però, "non vuole andare da solo", dopo alcuni non troppo convinti tentennamenti da parte nostra uno per volta, ci associamo all'idea; io personalmente ho un ottimo ricordo dell'organizzazione di quell'evento, forse per merito degli organizzatori o forse perchè l'anno scorso è stato il mio battesimo nel podismo competitivo o forse ancora perchè sono riuscito ad ottenere un risultato oltre le mie più rosee aspettative.

Ma mi sono già iscritto (non troppo convinto) alla Maratona di Roma, quasi quasi rinuncio a Roma e mi iscrivo a quella di Piacenza (visto che sarà l'ultima ... peccato!).

Viste le gare lunghe a cui ho partecipato in precedenza ricordo di aver corso una 21 km a ritmi sostenuti due settimane prima dell'evento, quindi mi oriento sulla "mezza", con l'intento di fare una gara senza risparmiarmi. Non ho percorso nessuna distanza superiore ai 26 km dopo Torino e i "lunghe" mi mancano; ma farlo 15 giorni prima di una maratona mi sembra un azzardo.

Luigi (il nostro decano della corsa) e "FrancoBosco", opteranno entrambi per la Ultra-Half (la 30 km). Poi, io, Stefano, e Luigi (Zappa, esordiente a 67 anni(!) ma con molti trascorsi a livello sportivo, calcio, corse varie a altro ancora) e, infine, Maurizio, (ciclista prestato all'atletica, anche lui all'esordio sulla 21 km) decidiamo di iscriverci alla "**PLACENTIA HALF-MARATHON**".

Come successo alla Lecco-Cassano e a Torino si aggiunge lo "ZioMario", come sempre felice di accompagnarci, questa volta manca Marco, ancora alle prese con i postumi dell'infortunio patito a Torino, e all'ultimo istante si aggiunge anche Piero, che farà compagnia allo "ZioMario" nella passeggiata di 5 Km, e si offrirà di accompagnarci con il suo camper.

Ore 6 di domenica mattina: appuntamento al solito posto, il camper è già parcheggiato e quando finalmente ci siamo tutti, partiamo. Senza difficoltà arriviamo alla zona della partenza, ritiriamo la busta con il pettorale, ci prepariamo e dopo qualche foto di rito ci portiamo sulla linea di partenza. Siamo sul viale antistante lo Stadio Garilli, un viale largo più di 10 metri; la partenza viene data contemporaneamente per le tre distanze e ci perdiamo di vista quasi immediatamente, ognuno correrà con la propria andatura, calcolata in base alla distanza prefissata.

La mancanza di "**pace-maker**" sulla 21 km mi porta a gestirmi in autonomia, cercando di trovare qualche punto di riferimento in **runners** col passo simile al mio. Lasciamo la città per affrontare l'argine del fiume Po, e dopo un cavalcavia mi fermo al ristoro del 10° km (il primo, quello del 5°, lo salto sempre), intanto cambio di frequente il "**mio personale pace-maker**", tra i quali una ragazza in calzoncini e maglietta viola con un bel passo fluido e costante e, al 16° km, **al "giro di boa"**, intravedo Luigi, l'"esordiente", è dietro me di circa 4-500 metri.

Quindi rientro in città, passando nei pressi della zona della partenza, mancano circa 4 km, e vedo che la mia andatura rimane costante, scambio qualche parola con un podista che mi sembrava di aver visto e corso in sua compagnia a Cernusco, anche lui neofita delle competizioni, ci "tiriamo" alternandoci a vicenda, fino all'arrivo. Non voglio mollare, l'ultimo chilometro lo faccio ad un'andatura più sostenuta, molto più di quanto abbia fatto in tutta la gara, e in vista del traguardo accelero ancora fino a tagliarlo, dimenticandomi per l'ennesima volta di fermare il timer del "Gamin" (mi ricorderò di stopparlo solo dopo circa un minuto, dopo aver ricevuto la medaglia. Intanto arrivano anche gli altri, siamo arrivati tutti in una manciata di minuti, ci rifocilliamo immediatamente e andiamo a ritirare la nostra borsa con il cambio degli indumenti.

La gara è andata benissimo, senza intoppi o infortuni, tutti soddisfatti dell'esperienza appena terminata, ci portiamo nella zona in cui si fermeranno i bus che ci riporteranno al "Marathon Village", vicino allo stadio, e lì ritroveremo i nostri accompagnatori, armati di macchina fotografica, pronti ad immortalarci, in posa con la medaglia.

Dopo la doccia, tutti in fila sotto il tendone, a ritirare un piatto di pasta, un panino e un bicchiere di buon Guttumio, e finalmente rilassati ci rechiamo nella zona adibita al ritiro del pacco gara, questa volta la maglietta è rossa (per la 21 e per la 30 km, mentre per la 42 il colore della maglietta è azzurro, l'anno scorso ne avevo ricevuta una viola)

Finalmente, arrivano anche gli altri, quelli che avevano optato per le distanze maggiori e ripartiamo per ritornare a casa. Fra due settimane mi attende un impegno più importante "La MARATONA DI ROMA".

*Gabriele Ambrosani*