

# La mia prima Maratona.

## Pensieri in libertà prima della partenza

La sveglia, che avevo puntato alle 6,00 è risultata superflua, quella notte avevo dormito pochissimo, ogni tanto controllavo che ore fossero e calcolavo il tempo mancante: prima circa tre ore, poi circa un ora e mezza, fino a vedere che mancavano solo pochi minuti.

Anche Marco, il mio compagno di stanza, pure lui alla prima Maratona, non aveva dormito gran'che: <è ora?> mi chiede, <si, mancano pochi minuti>, allora accendo la luce e inizia ufficialmente la giornata.

Intanto ricordo le parole di amici che ne avevano già corse <ricordati che è solo una corsa, come tutte le "tapasciate" a cui partecipiamo la domenica, è solo un po' più lunga>; e queste parole mi accompagneranno fino alla partenza. Mi alzo, per prima cosa apro la finestra, voglio controllare il tempo; alle 6 di mattina il cielo è coperto da nuvole grigie, <Al momento non piove, ottimo!>. Ci alterniamo in bagno e poi "i vestiti della corsa" sono in ordine sulla sedia ai piedi del letto: la maglietta termica, i cerotti da applicare sulle parti delicate, i calzoncini, le calze a compressione graduata, la canotta della società podistica con stampato il nome e, la sera prima, con quattro spille avevo appuntato il mio pettorale n.2148. Infine le scarpe, su cui, sempre la sera prima, avevo già inserito tra i lacci, il microchip per la misurazione del tempo impiegato (con queste scarpe ho già corso quasi mille chilometri, ma non ho voluto rischiare di cambiarle). Mi rendo conto, inoltre, che è anche sparito il dolore all'anca sinistra (fastidio che mi aveva accompagnato dal penultimo allenamento di martedì) e ciò mi fa ben sperare di poter finire la corsa secondo le previsioni.

L'aria del mattino a Padova è fresca di conseguenza la tuta è d'obbligo. Così scendiamo, alla Reception incontriamo Luigi (il nostro decano della corsa, è nato nel 1940) e Roberto (il nostro accompagnatore), insieme a loro ci rechiamo a fare colazione, poi arriva Francesco e di seguito Giancarlo e Rinaldo; ci siamo tutti.

Ognuno fa colazione secondo le proprie abitudini; io, Marco e Francesco, che siamo alla prima forse siamo un po' più tesi degli altri, però, anche per orgoglio, cerchiamo di non farlo notare.

Tè, fette biscottate, miele, marmellata; ovvero la mia solita colazione prima delle corse, niente latte e caffè.

Dal tavolo vicino a noi, alcuni maratoneti con la tuta di un gruppo podistico di Andria, ci offrono una parte della loro crostata, chi ce la offre dice <l'ha fatta mia moglie, se non vi offendete vorremmo farvela assaggiare>, li ringraziamo e "facciamo lo strappo alla regola" una piccola fetta di una ottima torta con marmellata di frutti rossi.

Finita la colazione, risaliamo tutti in camera per gli ultimi controlli prima di lasciare libere le stanze e portare le borse nello spazio comune adibito a deposito.

<Siamo pronti?> siamo in sette, sul monovolume di Marco ci stiamo tutti.

Ovviamente guida Marco, sul sedile a fianco prende posto Roberto che inizia ad armeggiare con il navigatore, sulle due file di sedili posteriori prendiamo posto io, Francesco, Luigi e dietro, Giancarlo e Rinaldo.

Usciamo dall'ingresso carraio e seguiamo le indicazioni del "famigerato Tom-Tom". La strada per Campodarsego coincide con l'ultima parte del percorso, alle sette di mattina ci infiliamo in un dedalo di viuzze (sempre seguendo il navigatore) qualcuno ipotizza che stiamo entrando in qualche zona a traffico limitato < oh, Marco; se ti arriva qualche multa, mi raccomando, la dividiamo>. Poi scopriremo che il divieto vale dalle 8 alle 20.

Finalmente usciamo da Padova e ci dirigiamo verso la nostra metà, un rettilineo lunghissimo, alla nostra destra corre un canale mentre alcuni camion e furgoni dell'autotrasportatore incaricato dall'organizzazione, scaricano sacchi per gli spugnaggi, tavoli e generi vari per i ristori; siamo sul percorso, su un rettilineo che sembra non finire mai e che dovremo percorrere di corsa, in senso opposto.

Nei pressi di Campodarsego vediamo le prime transenne presidiate da Polizia Locale e Protezione Civile, chiediamo informazioni su come raggiungere la partenza, manca solo poco più di un chilometro.

Ci fermamo definitivamente a circa 500 metri, parcheggiamo e prima di salutarci ci facciamo scattare la foto di gruppo, peccato che mancano Fabio e Stefano che si sono iscritti in seguito e che alloggiano in un altro albergo.

Con ancora indosso la tuta della Polisportiva Molgora e la sacca con il primo cambio proseguiamo a piedi, stanno ancora sistemando le ultime cose sulla linea di partenza quando vediamo il punto su cui passeremo e il micro-chip che abbiamo in dotazione attesterà la nostra partecipazione.

Manca ancora un'ora e ci confondiamo nella folla, osservo i partecipanti: alcuni "atletici" che parlano tra di loro <partiamo piano, a 4.10", poi vediamo>, altri un po' più pittoreschi come "l'indiano americano con le piume in testa" che spinge una carrozzina con dentro un bambino di poco più di un anno, o il podista con il Kilt scozzese e la parrucca arancio, quello che corre con la maschera e il mantello di Bat-Man, o quello con il pettorale appuntato sulla schiena con la maglietta di un società di RETRO-RUNNING e tanti altri.

Dopo esserci tolte le tute e aver consegnato le nostre sacche al servizio che ce le porterà all'arrivo in Prato della Valle, ci mettiamo al coperto, vicino al punto di consegna dei pettorali, proprio quando consegnano un pettorale personalizzato con il nome ad un uomo di una certa età con un aspetto abbastanza folkloristico, che se lo appunta facendosi aiutare dal personale (evidentemente è un personaggio molto conosciuto nell'ambiente).

Non so se tutto lo stretching che ho fatto fosse necessario, sicuramente lo era per stemperare la tensione, mancano solo venti minuti circa.

Giancarlo chiede <lo vado a bere un caffè, nessuno mi fa compagnia?>. Io declino l'invito, visto che non bevo mai caffè prima di correre, ricordando le solite parole <...fai quello che fai di solito, non fare niente di diverso...>.

Intanto ci passano vicino alcuni africani ancora in tuta; altissimi,

magrissimi e nerissimi, sicuramente sono i *Top-Runner*, cioè quelli che si contenderanno la vittoria finale percorrendo i 42 km e 195 metri in poco più di due ore.

Cerco comunque di sbirciare il numero del pettorale che si intravede dalla tuta parzialmente aperta, per curiosità e per ricordare magari di aver visto il vincitore, prima della partenza.

Io, personalmente, che ho iniziato a correre con una certa frequenza solo da due anni, ho un obiettivo ben diverso da loro, spero di finirla in 3 ore e 45 minuti, ho acquisito tale convinzione dopo aver corso "l'ultimo lungo" di 36 km in 3,12" tre settimane prima (anche in quel caso era la prima volta che percorrevo tale distanza).

Ritorno, con la memoria allo scorso mese di settembre alla mia prima "30 km", a Spino d'Adda, una corsa in compagnia di Marco, il quale, come si dice nel gergo dei *runners*, "ha un passo" notevolmente più veloce del mio, ma che in quell'occasione ha accettato di essere "*zavorrato*" dalla mia andatura, ricordo che proprio nel preciso momento in cui abbiamo terminato quei 30 km, abbiamo deciso di provare ad iscriverci ad una Maratona, senza sapere quale, ma solo di farlo nella primavera successiva.

La scelta è caduta su Padova, quasi per caso; sull'ultima pagina dell'Annuario FIASP veniva pubblicizzata "LA MARATONA SANT'ANTONIO" e così, istintivamente, propongo di "andare a Padova". Poi, nella sede della Polisportiva lancio questa proposta <lo e Marco parteciperemo alla Maratona di Padova, qualcuno si vuole aggiungere?>. Uno per volta, si sono aggiunti: Francesco (anche lui alla prima partecipazione) di seguito anche il suo omonimo Francesco (ben più giovane dell'altro, sarebbe stato il quarto all'esordio sulla distanza di 42 km, ma che ha dovuto rinunciare a parteciparvi, con molto dispiacere di tutti, per un infortunio al ginocchio occorsogli durante la "Placentia Half Marathon" del 4 marzo), Luigi (che avevo definito in precedenza "il nostro decano della corsa"), Roberto (il presidente della Polisportiva, che, pur non partecipando alla corsa, ci ha fornito un importante supporto logistico), poi Giancarlo e Rinaldo (nonostante avessero già deciso di partecipare a quella di Ferrara il 25 marzo, per poi usare entrambe le competizioni come test e provare a ripetere l'esaltante esperienza della massacrante "100 KM del Passatore"). E per ultimi, ma in completa autonomia, due degli'ultimi iscritti del nostro gruppo podistico, ovvero Fabio e Stefano.

Ritorno, con la memoria alla compilazione di tutti i moduli d'iscrizione, sperando di non commettere errori, l'invio di e.mail per la ricerca di un albergo per il pernottamento della notte precedente la gara, e la scelta tra le varie opzioni offerte

Sicuramente avrebbe partecipato anche Mario, altro maratoneta di lungo corso, ma purtroppo, con rammarico di tutti, si era già iscritto per la stessa data a quella di Londra.

In quel caso saremmo stati in dieci a percorrere le strade della provincia di Padova, incitati dalla folla, passando nei paesi dove venivano organizzati eventi a cornice del nostro passaggio.

Mancano solo dieci minuti e ci avviciniamo alla partenza, io, Marco, Rinaldo, Francesco e Luigi, che abbiamo un numero di pettorale alto veniamo tutti confinati nell'ultimo gruppo, tranne Giancarlo a cui è stato assegnato il n.1239 avendo terminato quella di Roma 2011 con un tempo di 3'32.

L'ultimo gruppo comprende i pettorali con il numero superiore a 2000, i numeri previsti per chi è alla prima o che ha dichiarato un tempo superiore alle 4 ore) nonostante Rinaldo e Luigi ne abbiano terminate in precedenza con tempi inferiori ai 3'30", anche a loro, per errore, è stato assegnato un numero di pettorale così alto.

Finalmente, quando siamo sulla *griglia di partenza* intravediamo molto dietro di noi anche Stefano e Fabio, <ok, ci siamo tutti> dico agli altri. Alcuni gruppi di "runners" con un palloncino colorato con la scritta del tempo che terranno in gara, (i cosiddetti pace-maker, un servizio presente in tutte le maratone, per aiutare a tenere il passo prestabilito) si confondono, per modo di dire, tra la folla. Cerco di individuare e memorizzare il colore da non perdere di vista; i palloncini arancio con la scritta 3,45, poi quelli verdi, rossi, azzurri, con numeri variabili di 15 minuti a gruppo, obiettivi di altri partecipanti.

Il tempo sembra l'ideale per correre, fa un po' freddo e anche se le nuvole promettono acqua, per fortuna non piove, ma la sensazione di freddo sicuramente passerà dopo i primi chilometri, qualcuno per ripararsi indossa un sacco di plastica, altri degli indumenti, come camicie, golfini o felpe che a mio avviso non sono assolutamente in sintonia con la tenuta del podista; indumenti che al momento dello start, vedrò volare al di là dalle transenne.

Sono le 8,45 quando lo speaker inizia il conto alla rovescia, al momento del via, dalla mia posizione, vedo che vengono rilasciati tre gruppi di palloncini con i colori della bandiera italiana.

Ci muoviamo, prima camminiamo poi lentamente si inizia a correre, l'entusiasmo dei partecipanti è tutto intorno a noi; i palloncini tricolori che sono stati liberati quasi non si vedono più e dopo circa 1 minuto *io* passo sulla linea di partenza.

La Mia Prima MARATONA è incominciata.

All'arrivo il timer ufficiale ha segnato 3'44"02 quindi entro l'obiettivo prefissato (mentre il mio personale micro-chip si è fermato a 3'43"03): classificato nella prima metà della categoria MM50 e della classifica generale, a circa 1 ora e 35 minuti dal primo classificato; probabilmente uno dei keniani che avevo visto alla partenza.

Desidero ringraziare tutti coloro che hanno condiviso con me questa magnifica esperienza, l'impeccabile organizzazione della Maratona di Sant'Antonio e soprattutto ricorderò sempre la gente di Padova per l'apporto emotivo, tutte le manifestazioni che hanno realizzato a cornice del nostro passaggio, l'entusiasmo che ci hanno regalato e ci ha accompagnato durante tutti i 42 km della corsa.

*Gabriele Ambrosoni*

