

L'inizio di due corse ... quella di Amsterdam e quella all'Atletica Cinisello ...

Alcuni mesi fa, un infortunio alla spalla abbastanza grave mi ha trascinato fuori dall'acqua clorata della vasca di Bresso, dove facevo parte della squadra di nuoto agonistico da quando ero piccolina, un brutto colpo insomma, da subito mi sono mancate quelle emozioni forti che solo lo sport sa darti e che mi avevano accompagnato negli ultimi 15 anni, la fatica degli allenamenti, la motivazione nel raggiungere obiettivi, l'ansia pre gara, il sentirsi parte di una squadra, di un gruppo! ... quando uno è abituato a queste emozioni diventa difficile viverci senza da un giorno all'altro!!

E così .. eccomi qua, in questa nuova avventura con l'atletica Cinisello, dove da subito ho trovato un bel gruppo e delle belle persone che mi hanno accolta, e dove ho ritrovato la motivazione sportiva!

E dunque, pronti via! eccomi alla mia prima esperienza di corsa... Sabato 15 Ottobre partenza , con alcuni compagni di università (un po' pazzi come me) destinazione: MEZZA MARATONA DI AMSTERDAM! sì, lo so cosa state pensando ... è una bellissima città!

La gara è prevista il giorno successivo Domenica 16 ottobre alle ore 14.00!

La sveglia suona alle ore 9.00, giù tutti per una ricca colazione e via al noleggio delle biciclette per andare a vedere la partenza della 42 km, la giornata è fresca e c'è un cielo azzurrissimo, il clima un po' più rigido del nostro, (i gradi in meno rispetto all'Italia si sono sentiti) seguiamo in bici per alcuni km la gara e andiamo a ritirare la nostra pettorina personalizzata e il cip per il tempo .

Al ritiro delle pettorine troviamo tantissima gente, cifre imponenti per questa manifestazione della capitale Olandese, circa 40.000 iscritti nelle varie distanze (42km, 21km e 8km) un sacco di olandesi che giocavano in casa ma anche brasiliani, francesi, spagnoli e un gruppetto di italiani con cui abbiamo condiviso alcune battute!

"Assaggiata" l'atmosfera della gara torniamo in camera per prepararci e poi, sempre con le nostre biciclette ci avviamo alla partenza ... 11283 partecipanti!!

READY ? START ... che emozione, in tutto il percorso siamo stati accompagnati da uno splendido paesaggio tipico della città costruita in mezzo a numerosi canali, quasi a ricordare la nostra splendida Venezia .. e inoltre moltissima musica e addirittura corpi di ballo che con facce sorridenti ci guardavano e ballavano con dei pom pom in mano, fino al 15 km li guardavo anche io e scambiavo il sorriso, dopodiché credo di aver pensato solo all'acido lattico nelle mie gambe! ahah

A parte gli scherzi, assolutamente da ricordare è la partecipazione e il calore della gente che ha riempito le strade del percorso e ha incitato i runners " go Seluane goo ", "go sellana " (tranquilli, mi chiamo Selene io, leggevano solo male il nome sulla pettorina , però erano divertenti ... )

Dopo 48' ecco il cartellone che segnava quasi la metà della gara: 10km! un bel respiro e andiamo, la gara è ancora lunga ... bellissime le sensazioni mentre si corre, e penso, nonostante la prima fatica che si fa sentire, che la scelta di cominciare a correre è quella giusta ... perché quando corro mi sento bene!

Ad un certo punto siamo entrati in un parco bellissimo, giriamo l'angolo, penso che siamo quasi alla fine, aspetto ansiosamente un nuovo cartellone che indichi il numero dei km che da un po' non mettevano ... " mancherà un km al massimo dai, ci siamo " ho pensato e invece eccolo: 18 !!! 18???? "19..20... 21... oh cavolo ! (meglio non riportare la mia citazione in quel momento!!)

Citazione a parte, merita invece di essere descritto l'arrivo all'OLYMPIC STADIUM che mi ha lasciata a bocca aperta, il luogo e la pista ti fanno "volare" per gli ultimi 350 metri e stop, finita!

Bellissima corsa, bellissima esperienza, spero di farne tantissime con i miei nuovi compagni di allenamento che colgo l'occasione di salutare e con i miei nuovi allenatori FRANCO E MARCO, un saluto in particolare va anche a loro 😊

Mi piace concludere sempre con delle "chicche", imparerete a conoscermi ...

"non importa quello che trovi alla fine di una corsa l'importante è quel che provi mentre corri"

CIAO A TUTTI, LA NUOVA MATRICOLA SELENE !

**AM** Amsterdam Marathon 2011

SPONSORED BY  
**TATA**  
CONSULTANCY  
SERVICES

**36e editie**  
Zondag 16 oktober 2011

Gefeliciteerd  
**Selene Genisella**  
Halve Marathon

**CERTIFICAAT**

**TIJD** 1:44:01 **TIJD**

Marathon-Photos.com