

Sai che ho fatto la mia prima maratona?

E' questa la domanda che familiari, amici, conoscenti, colleghi si sentono ripetere da domenica pomeriggio, 28 novembre, al rientro da Firenze.

Qualcuno mi fa i complimenti, altri non capiscono questa enfasi: *“Ma non è una gara come le altre? Ma no, questi sono 42 km e 195 metri, andata e ritorno fino in piazza Duomo e aggiungi ancora un bel pezzo!”*, i più mi guardano con aria compassionevole: *“Poverina, magari hai preso anche l'acqua ...”*

Acqua, pensavo che la maratona benedetta dalla Dea Acqua fosse quella di Venezia o di Amsterdam; invece anche l'edizione 2010 della maratona di Firenze è da annoverare in questa speciale categoria. L'acqua è stata l'elemento dominante e caratterizzante di tutta la competizione. L'omino del meteo l'aveva previsto: domenica, a Firenze, e in tutta l'Italia centrale, pioverà, senza sosta. E così, al mattino, al risveglio – o meglio, all'ennesimo risveglio della notte più lunga dell'anno – Daniela e io eravamo preparate, sì, preparate a prendere acqua per qualche ora.

Piove quando usciamo dall'albergo (incantevole, hotel David, segnatevelo per i vostri soggiorni), piove mentre ci rechiamo sul lungarno della Zecca, a depositare la borsa con un cambio asciutto (previdenti!), piove mentre ci avviamo verso il piazzale Michelangelo, di corsa, un po' di riscaldamento ci vuole ... acqua sopra di noi, acqua nell'Arno, pozzanghere sul selciato, rivoli d'acqua lungo i marciapiedi ... e intanto penso a quello che mi accingo a fare, ma chi me l'ha fatto fare? Daniela mi ricorda che sono stata io a proporre Firenze sei mesi fa: *“Sai, la mia prima maratona deve essere in una bella città, così si ammirano i monumenti e non si pensa alla fatica ...”*, accidenti, non me lo ricordavo!

Siamo sul piazzale, Daniela – *runner* di razza – entra nella gabbia delle 3 ore, dovrei stare in fondo ai diecimila come principiante, ma insisto con i volontari : *“Devo finire sotto le 4 ore, fatemi entrare”* , si commuovono e riesco ad intrufolarmi nella gabbia delle 3 ore e mezza.

Trenta minuti di attesa, quanti pensieri, paura di non farcela, ma perché non ce la devo fare, mi sono allenata ... poco ma con regolarità, tre allenamenti la settimana, da settembre ogni domenica il lungo/lunghissimo, spesso da sola, itinerario preferito la ciclabile del Villorosi ... acqua anche lì!. La maratona è una sfida con se stessi, fa parte di quelle *“mission impossible”* della vita, come metter su famiglia, laurearsi, comprare casa, far carriera. Ad un certo punto, quelli che sono desiderata diventano realtà, hai raggiunto un traguardo, sei pronto per un'altra sfida.

Tutto questo passa nella mente durante l'attesa, raccolgo le idee, penso alle strategie di gara, mi sovengono i consigli ricevuti da chi ce l'ha fatta: *“Non partire forte, non fermarti a tutti i ristori, attenta alla crisi del 30° Km, no, la crisi è al 35°, no, quella della crisi è una leggenda metropolitana, se sei allenata non c'è nessuna crisi”*. Mi sbrigo a pensare, l'acqua ha già intriso le scarpe, le calze, le gambe, tra un po' anche le idee si ritroveranno a galleggiare ... 9 e 25, si parte finalmente, davanti a me i palloncini rosa dei due pace maker delle 4 ore, qualche battuta, si ride insieme, sto con loro i primi 5 km, ma vanno troppo piano, li stacco, dopo i 5 km il mio ritmo è impressionante, mi sento benissimo e corro a 5'15, piove sempre ma non me ne accorgo più, siamo usciti dalla città e attraversiamo il parco delle Cascine, il *parco nord* dei *runner* fiorentini, con i suoi bellissimi viali alberati, il fiume da un lato, i maratoneti tutto intorno, in alcuni tratti incrociamo sul controviale i più lenti, ma anche i più veloci. Non mi ero accorta che eravamo così in tanti! Un fiume umano, che scorre accanto al fiume reale, e l'acqua è sempre sopra di noi. Usciamo dal parco, si rientra in città costeggiando il lungarno, il 21° km è vicino, che bello, metà è fatta e sto ancora bene, transito a 1 ora e 51, lo stesso tempo fatto alla mezza di Monza due mesi prima, un saluto alle telecamere, il primo stop al ristoro e via, ne

mancano solo ventuno, o ancora ventuno? Sono tanto, o sono pochi 21 km? Credetemi, un'eternità quella seconda parte di gara! Altro che crisi del 30°, al 25° mi viene già da piangere, ho fame, sono stanca, e soprattutto ho freddo, sono bagnata fradicia, il cappellino di tela è zuppo d'acqua e non so più con che cosa asciugare gli occhiali, non vedo niente, quanto manca, aiuto! Dal 25° al 30° è la testa che mi manda avanti, le gambe non rispondono. Il ritmo di corsa crolla vertiginosamente, ma chi se ne frega, devo arrivare, e comunque i palloncini rosa sono ancora dietro, lontani, lontani ... Si transita davanti alla stazione Campo di Marte, la riconosco, ci siamo passati il giorno prima quando abbiamo ritirato i pettorali di gara, ora la zona si fa amica, conosco il percorso, ci stiamo avvicinando al centro storico, un bel cavalcavia da scalare, giusto per complicare il tutto. La mia gara ormai è fatta di 5 km per volta, la distanza tra un ristoro e l'altro. Arrivo così al 37°, siamo in piazza Duomo, folle di persone ai lati della strada che applaudono e incitano tutti, *forza atletica Cinisello* sento ogni tanto, cerco disperatamente i cartelli del 38°, poi del 39°, 40° finalmente, ultima sosta, un po' di tè, un pezzo di biscotto da sgranocchiare e via. Sorpasso gruppetti di colleghi per volta, alcuni si trascinano, qualcuno è fermo e dolorante, si massaggia le gambe, mi spiace per loro, vorrei fermarmi ad incitarli, ma non posso, devo pensare a me stessa, ad arrivare, ne mancano solo due di chilometri, mannaggia ai sampietrini e alle buche di Ponte Vecchio, un altro ponte, su e giù, ecco la Biblioteca Nazionale, è fatta, siamo ad uno spunto da Santa Croce, svolta a destra, la piazza è là, dopo l'ultima curva a sinistra, mi metto a ridere, siamo in tanti all'arrivo, le smorfie di dolore si sono trasformate in sorrisi beanti, c'è ancora la forza di sollevare le braccia all'arrivo e guardare il cielo sopra Firenze, e ancora piove, ma ho vinto io, 3 ore e 55 minuti, missione compiuta, alla prossima sfida!

Paola Gobbi

Epilogo

La *runner* di razza è arrivata mezzora prima di me, per fortuna, così al rientro in albergo ho trovato la doccia libera! Un consiglio: portatevi un amico alla vostra prima maratona, ma anche alla seconda, alla terza, è tutto più facile e più divertente. Grazie Daniela, e grazie Silvia, che mi ha "costretto" a mettere su carta questi pensieri, per dividerli con voi.