

27-06-2010

35° Pistoia Abetone



Ebbene si! Ho corso la Pistoia Abetone!

Premetto che non volevo tenere nascosto a nessuno la cosa e che sapevo benissimo che mi "avreste sgamato" tanto che aspettavo la vostra telefonata che puntualmente è arrivata..con grande mia gioia!!

Il motivo principale per cui mi sono iscritto a questa gara sono in molti che pensano di averlo intuito...il ritiro al Passatore, la delusione.. la volontà di riscatto etc.

Invece si sbagliano perché questo potrebbe forse essere solamente il motivo per cui ho scelto di accelerare i tempi facendola quest'anno e non più avanti.

E' vero che se avessi concluso normalmente il Passatore probabilmente non mi sarei iscritto immediatamente dopo a questa gara.

Sicuramente dentro di me c'era anche la volontà di "riprovare" dopo la delusione vissuta.

Ma non è sicuramente la volontà di riscatto che mi ha portato e che probabilmente mi riporterà a correre questa bellissima e durissima gara.

Era da tanto che ci pensavo, che coccolavo l'idea di confrontarmi con quel monte così tanto enfatizzato nei racconti dei vari podisti incontrati in giro per le strade di corsa.

In un primo tempo era stata la mia prima scelta (prima ancora del Passatore) quando cominciai a girarmi per la testa l'idea di affrontare gare più lunghe della Maratona.

Una corsa definita spesso "peggio di una 100" affermazione che non condivido ma che una sua ragione d'essere ce l'ha.

La Pistoia Abetone è fondamentalmente diversa dal Passatore, ma non è sbagliato dire che arrivare al Traguardo è altrettanto faticoso, perché i Km sono la metà ma credo non sia esagerato affermare che il percorso presenta forse più del doppio delle difficoltà; e questo più in termini di qualità che di quantità.

Per non fare un "trattato" sulla corsa, ma farvi capire ugualmente cosa intendo dire, forse è proprio il caso che vi racconti la mia corsa.

Decido che strategicamente è meglio alloggiare nei pressi dell'arrivo dove la Famiglia al seguito non dovrà assumersi alcun "onere" di trasferimento e dove a fine gara non troverò ulteriori incombenze per tornare a casa.

Arrivo a Pistoia per il ritiro del Pettorale e del Pacco Gara e ne approfittiamo (me and my Family) per una veloce sbirciatina al centro...naturalmente bello come tutte le città della Toscana.

Una cosa veloce e poi via in auto verso "la cima".

Guido e intanto mi guardo attorno cercando di studiare un po' il percorso per il giorno dopo.

Alcuni tratti visti dall'auto si intuiscono come impegnativi altri invece sembrano "Pedalabili".

Tutto sommato non mi ha fatto questa grande impressione salendo in auto e questo rafforza un po' la mia sicurezza, sminuendo i racconti tragici di tante "Voci" sentite in questi anni.

Piove e non so se questo mi rallegrerà o mi preoccuperà.

Comunque è poca cosa, perché arrivati in cima il sole torna a splendere e si sta bene, perché non fa un caldo eccessivo. Mi rendo conto che la strada fatta però è stata abbastanza tortuosa perché ci ho messo un'ora abbondante a fare meno (perché diretti sono meno) di 50 Km.



Alloggiare all'Abetone significa fare una levataccia per prendere il bus che porta a Pistoia per la partenza e che parte dalla Piazza alle 5 del mattino.

Alloggiamo all'Ostello..che è della Gioventù ma che di giovani vede solo i miei figli e che invece è occupato esclusivamente da Podisti.

La sera Cena in ostello con gli altri, il gestore probabilmente ha esperienza e conosce le nostre esigenze per cui prepara un menù sostanzialmente idoneo.

Si socializza e naturalmente si parla di corsa ..e della corsa.

Dopo cena, passeggiata veloce per il centro e arriva la telefonata di Filippo con coro di tutti i Trevisatleti che banchettavano allegramente "alla Facciaccia mia" Grazie ragazzi! ...come sempre d'altronde!!

Alle 4,00 suona la sveglia, vestizione veloce e poi giù nella Hall dove troviamo una "accettabile" colazione da Podisti.

Salgo in auto per raggiungere la Piazza, ultimi aggiustamenti alla borsa e poi arriva il Bus.

Il "Mezzo" è pieno e si riempirà ancor di più per strada.....un macello!!

Ammassati come un carro bestiame ma io sono seduto e mi salvo un po' dallo stress.

La strada è davvero tortuosa e stavolta a vederla scendere un po' di impressione la fa.

Arriviamo alle 6,30 passate... appena il tempo di cambiarsi e andare al bagno e veniamo chiamati alla partenza per la punzonatura.

Non c'è alcuna divisione tra Top e Tap.... per cui mi ritrovo proprio tra Monica Carlin e Paola Sanna che chiacchierano e altre "forti" e tirate.

Facce note tra i maschi non ne vedo!

Allo sparo naturalmente le ragazze schizzano tutte via e diventano piccole piccole in breve tempo.

5 km tra piano e leggerissime salite, poi come uno "schiaffo" comincia la salita a "le Piastre" località che è anche il primo traguardo intermedio.

9 km di salita senza respiro, pendenze quasi sempre regolari ma significative e faticose e che per brevi tratti diventano quasi proibitive.

Questa prima salita è, in termini di dislivello, ma anche di impegno fisico, sicuramente la più dura.

Non spiana praticamente mai, solo raramente e per piccolissimi tratti, 100 150 Mt ci sono salite un po' meno dure ma poi riprendono immediatamente a inerpicarsi .

Molta gente arranca già, tanti camminano, io cerco di mantenere costantemente la corsa...lentissima ma continua.

Qualche borgo con la gente che applaude dalla strada e dalle finestre ma poi molta vegetazione e strada deserta e larga che si inerpicava.

L'arrivo alle Piastre è una vera liberazione 1,40,51 il tempo.

Dopo comincia una leggera discesa rigenerante in cui cerco di non spingere per recuperare le tante energie spese.

Va così per 5 o 6 km poi si ricomincia a salire.

Se il primo è stato uno schiaffo questo è meno pesante ma è comunque uno "schiaffetto".

La salita porta a Maresca e poi al Passo dell'Oppio e per arrivarci si abbandona per un breve tratto la strada principale con un tratto di strada sterrata per poi tornare all'asfalto.



La salita non sarebbe di per se proibitiva; è anche più variata, spianando ogni tanto, ma nelle gambe produce comunque un suo effetto, perché le tossine della precedente non sono state smaltite e anche perché comunque di "salita vera" si tratta. Tutto questo fino al 26° Km poi una discesa pronunciata fino al 2° traguardo intermedio di San Marcello Pistoiese.

Anche in questo tratto si abbandona e si riprende alcune volte la strada principale per attraversare i paesini lungo il percorso.

Un tratto di 3 Km con salite meno dure e leggere discese poi altri 2 km di salita medio dolce e l'ultima discesa fino alla località "La Lima" al Km 33 dove si svolta prendendo la statale che porta in cima all'Abetone.

Questo è l'inizio del "Famigerato" ultimo pezzo che non è sempre e costantemente duro come la salita alle piastre ma è "infinito" e presenta strappi di qualche Km che sono anche più duri.

I primi 5 km non sono durissimi; in parte si tratta di salita vera ma corribile, in parte di salita leggera.

Arrivati al 38° Km però comincia il vero "terzo schiaffone"!!

La strada sale continuamente con pendenze davvero impegnative, solo un pelino (ma proprio uno) forse meno delle piastre ma ci sono tratti (da 1 a 2 Km) in cui la pendenza rende davvero problematico se non impossibile correre.

Molti tratti si fanno obbligatoriamente camminando.

I podisti sono disseminati lungo il serpentone.

E' quasi impossibile che anche solo 2 persone abbiano lo stesso passo.

Tutti corrono soli perché qui i conti si fanno da soli con la strada che ti "violenta" le gambe. Qualche coppia c'è, anche qualche terzetto...si aspettano l'un l'altro, ma per il resto ognuno è solo con se stesso.

La stanchezza è enorme, perché tutto il pregresso ti ha già segnato abbondantemente e adesso con questo carico addosso ti trovi ad affrontare questo ennesimo ed estremo grande sforzo.

La prima e la terza salita se distribuite in gare diverse, farebbero di esse 2 gare dure.. assieme sono un cocktail micidiale.

Tre schiaffoni ho detto! Il primo ti mina pesantemente!

Il secondo un colpetto che ti riporta ad uno stato precario quando sei lì lì per riprenderti. Il terzo ti da il colpo del knock out.

La caratteristica di questa corsa è questa!!

Gli ultimi 2 Km sono leggermente meno irti e permettono un po'di continuità nella corsa.

Siamo davvero tutti distrutti, ma com'è nelle mie caratteristiche i miei finali sono quasi sempre "migliori" degli inizi per cui anche qui supero gente finita che cammina da tempo.

L'adrenalina del traguardo fa il resto e arrivo sul piano...come un premio finale, 200 metri di piano.

Adesso c'è abbastanza gente ai bordi della strada, tutti applaudono con grande forza e stavolta mi sembra meno di altre volte, un rito retorico di incoraggiamento.

Gli applausi sono sinceri e convinti perché anche loro probabilmente percepiscono quanto si è dovuto patire per arrivare quassù.



Vedo i miei Figli e mia Moglie sorpresi del tempo impiegato, perché avevo sempre pensato ad un successo nelle condizioni in cui mi trovo arrivare sotto le 6 ore e 30. Invece quando taglio il traguardo il Timer segna 6.09.17, non è un grande tempo ma non è un tempo penoso come pensavo di poter fare.

Una volta fermo lo sforzo lo sento tutto...non riesco a piegarmi, non riesco a spogliarmi, mi muovo come una papera, ma sono felice.

Felice....semplicemente perché ho vinto la sfida.....perché questa è davvero una sfida, lo dice anche il logo ufficiale!!!

Alla fine anche la soddisfazione supplementare di essere arrivato entro i primi 100 (85°) della categoria "Veterani" con relativo premio supplementare tra cui un'altra maglietta con una vignetta estremamente significativa ed esplicativa per riassumere tutto, gara e stato d'animo: un Podista chinato su se stesso con la lingua a penzoloni e il fumetto che recita "ce l'ho fatta".

Un abbraccio a tutti

Giancarlo