

# 28-05-2011 Maratona di Stoccolma



Stoccolma, 28 maggio 2011.

Eccomi nella gabbia di partenza. Sono le 11.25 e tra pochi minuti verrà dato il via alla Asics Stockholm Marathon, la mia seconda maratona dopo quella di New York corsa pochi mesi fa. Nella gabbia davanti alla mia, Umberto e in quella dietro Piero, gli amici di Trevisatletica con i quali condivido da mesi tabelle, programmi di corsa, gare, il tutto in vista di oggi. Mesi di gioia e di fatica, allenamenti con il freddo sino al caldo afoso delle ultime settimane che fa rimpiangere i meno dieci di San Candido quando mi allenavo lì in inverno.

Ci siamo. Di colpo il cuore si cheta e il battito torna alla sua soglia normale; sono pronto. Lo sparo del via mi sorprende per la sua irrealità, uno scoppio di bombarda registrato. Neanche il tempo di soffermarmi su questo pensiero che le gambe sono già partite; uno, due, tre.....cinquanta, cinquantuno....i primi passi della mia lunga cavalcata fino all'arrivo. Buono il ritmo, ottima la temperatura intorno ai dieci gradi. I primi chilometri impongono una attenzione maggiore per cercare la miglior traiettoria in mezzo ad una nuvola di runners ed evitare troppi scarti laterali e per mantenere il passo che mi sono imposto. Quattro chilometri da correre con calma e poi si accelera, questo è il mantra che mi ripeto. Quanto è bella Stoccolma, un saliscendi continuo tra vie e palazzi, e poi fino al parco di Djurgarden. Corridori da molte parti dell'Europa, anche se gli scandinavi la fanno da padroni. E le scandinave? Uao! Mai visto così tante belle ragazze e vi assicuro che correre con simili distrazioni è un ottimo rimedio alla fatica! La Corsa è organizzata molto bene, con ristori ogni tre chilometri e una folla che incita incessantemente a non mollare: Heja, vai, è il grido che esce dalla bocca di grandi e piccoli per tutti i 42.195 metri del percorso. Musica e che musica! Complessini e bande, gruppi folkloristici e ballerini, insomma la cornice di pubblico è eccezionale.

La gara si svolge su due giri della città con il secondo un po' più lungo del primo in quanto c'è una lunga digressione nel Parco Djurgarden. Nei giorni precedenti alla partenza, quando studiavo il percorso insieme a Umberto e Piero, credevo che correre per due volte per le stesse strade sarebbe stato avvilente per la mente. Niente di più sbagliato. In un percorso faticoso come quello di Stoccolma, sapere cosa ti aspetta nei chilometri successivi in quanto hai già corso lì poco prima, è stato fondamentale per la riuscita della gara. Il Garmin alla fine ha detto complessivi m. 370 di dislivello in salita ed altrettanti in discesa: non male per una città in riva al mare.



Cosa mi rimane nel cuore: il sorriso di mia moglie tra il pubblico; l'amicizia condivisa di Umberto e Piero, affettuosamente Beep Beep e Homer Simpson Borellik, la rabbia nello scalare per ben due volte i 1400 mt del Vasterbron Bridge al suono della techno music sparata a palla da una DJ fotomodella stellare che mi ha dato il ritmo nelle gambe; la gioiosa partecipazione della città.

Dimenticavo.....3:50:04 mio PB. Migliorato di 18 minuti rispetto a New York.

Concludo con un pensiero di Fred Lebow, colui che ha inventato la NYCM: "Few things in life match the thrill of a marathon" poche cose nella vita sono all'altezza dell'emozione di una maratona....questo era il mio pensiero quando all'arrivo mi sono messo a piangere per l'emozione che riempiva ogni più piccola parte di me. Venezia sto arrivando.

Domenico