

La mia Turin Marathon con personal best

Scritto da Francesca Colombo

Lunedì 14 Novembre 2011 14:45 - Ultimo aggiornamento Lunedì 14 Novembre 2011 16:20



Sabato, per la prima volta dopo la nascita di mio figlio, mi concedo un week end per me stessa e parto per Torino.

Non ho aspettative, non l'ho preparata questa maratona, ho solo parecchie mezze sulle gambe, vicine al mio personale che mi fanno ben sperare.

Ho paura perché non ho lunghi e quando finalmente arrivo all'Expo Run incontro l'amico Maurizio Lorenzini che, sapendo che non l'avevo preparata, cerca di convincermi a partire piano.

Io come sempre gli do ragione e poi... E poi arriva lo sparo alle 9.30 e mi trovo al primo km già a 4:50/km, con l'amico Tony che prova a stare con me per abbassare il suo tempo e mi fa presente che siamo partiti un po' forte. I km scorrono e fino alla mezza passiamo regolare: 1:45:32 segna il display posizionato e penso che per ora sto bene, ma adesso arriverà la salita. Ed eccola la salita, dal 23 al 28 si sale costantemente, intanto mi sono persa Tony che ha rallentato. Vedo che in salita calo al massimo a 5:10, noto che spingo bene con le gambe e passo parecchie persone, mi sento bene, ma ho paura, paura per quei lunghi che non ho...

La mia Turin Marathon con personal best

Scritto da Francesca Colombo

Lunedì 14 Novembre 2011 14:45 - Ultimo aggiornamento Lunedì 14 Novembre 2011 16:20

Finalmente al 29° km scolliniamo e comincia una leggera discesa che fa girare le gambe e mi trovo a fare parecchi km a 4.45 di media; al 34° penso che presto farò un botto, e invece con, le gambe sono fresche, il fiato c'è e continuo a spingere. Vedo, al 36°, un amico che non corre, fa lo spettatore e mi dice che mi vede bene e mi chiede il perché: gli rispondo che "sto da dio", sono in spinta, non calo e vedo che il pallone delle 3.30 è sempre più vicino. Al 37° mi affianco al pacer delle 3:30 e gli chiedo in quanto chiudono. Mi rispondono che arriveranno sotto le 3:30, penso che forse è la volta che ce la posso fare, cerco di rimanere concentrata e di non emozionarmi troppo perché non è ancora finita e può accadere ancora tutto.

Balzo davanti ai palloncini delle 3:30, e poi penso che forse sto esagerando, mancano ancora 3 km. Al 40° sento le gambe un po' dure, rallento un po', penso che in meno di dieci minuti sono arrivata e stringo i denti, forse, finalmente, riesco ad abbattere il muro delle 3:30. Entro in zona arrivo, è pieno di gente, mancano all'incirca 500 metri, ho le braccia alzate al cielo, sono incredula, le lacrime mi escono dagli occhi e non riesco a controllarle.

Guardo il cronometro sull'arrivo e mi dice 3:29:45, sono tanto felice, mi inginocchio e piango. E' la prima volta che piango e mi emoziono in maratona, forse perché non me l'aspettavo o forse perché ho fatto una gara perfetta...

Grazie Torino per le emozioni che mi hai regalato... Oggi ho coronato un sogno e complimenti agli organizzatori per la perfezione con cui è stata organizzata la gara, spugnaggi e ristori perfetti e pubblico eccezionale.

(Foto di Roberto Mandelli - Podisti.Net)