

Milano - Milano City Marathon

Scritto da Maurizio Lorenzini - Redazione Podisti.Net

Lunedì 16 Aprile 2012 23:59 - Ultimo aggiornamento Martedì 24 Aprile 2012 00:21



Daniele Palmulli - Roberto Formigoni



Michelle Hunziker

Silvana De Giovanni

Andrea Dovizioso



Giovanni Storti

Andrea Giannini

Dal sole e dal caldo di Milano 2011 alla pioggia e al freddo del 2012.

Queste le difficili condizioni affrontate dai partecipanti all'edizione 2012, quanti? sempre difficile distinguere tra iscritti e reali partenti per cui guardiamo un dato oggettivo, i classificati, i cosiddetti finisher. Sono 3982 quelli che si sono fatti 42195 metri da soli, 7892 quelli che hanno condiviso la fatica tra di loro, pari a 1973 staffette. Buon incremento dei maratoneti rispetto al 2011, per l'esattezza (salvo successive correzioni) sono 581, pari al 17%.

Esauriti i numeri vi racconto come io ho vissuta la maratona e un po' di quello che vedevo intorno.

Ne ha fatte di Milano Marathon, in tempi non proprio recenti, per cui in qualche modo è tutto piuttosto nuovo. La partenza da Rho Fiera è complessivamente agevole, anche se appena arrivato non ero della stessa idea; si arriva con metropolitana e treni dal lato est, si parte dal lato ovest, una paio di chilometri buoni e i tappeti rotanti non funzionano, avranno pensato che tanto siamo abituati a fare strada oppure al nostro riscaldamento? Che non è proprio la stessa cosa che intendiamo noi.

Mi pare tutto ben organizzato, anche gli indisciplinati (come me) che non hanno usato la sacca apposita trovano pronta la soluzione, un camion a loro dedicato per le "sacche fuori misura". Del resto quelli che dormono fuori e vengono direttamente dall'albergo come fanno a stivare tutto in una sacca che spesso è miniaturizzata? Anche se questa volta proprio piccola non è.

A nostra completa disposizione il parcheggio coperto per il riscaldamento (quello che intendiamo noi), un'ottima idea, visto che fuori continua a piovere e almeno restiamo asciutti fino a che è possibile.

Si entra ordinatamente nelle gabbie, il duo di speaker Gianni Mauri e Silvio Omodeo ci intrattiene (e lo faranno anche all'arrivo) con la consueta bravura ed effervescenza. Come al solito le chiacchiere nell'attesa sono tante; incrocio l'amico Antonio Cimafonte che cerca di rassicurarmi (chissà perché) che oggi farà una gara giudiziosa e invece, come sempre, parte a tutta sperando di tenere fino in fondo. Purtroppo (o per fortuna), anche questa volta, non gli riuscirà la (folle) tattica.

Veramente toccante il momento del ricordo di Pier Mario Morosini, giovane calciatore deceduto il 14 Aprile, affidato anche alle parole dello zio, Beppe Bergomi. Ora ci siamo , tutti pronti,

musica a tutta palla, poi forse dovevano arrivare tre spari e il successivo colpo di cannone, invece ci arriva un bellissimo tre-due-uno dal Gianni Mauri, poco male, si parte. E' sempre un gran momento, si sorride, si chiacchera, si sgomita, tranquilli ragazzi , tanto è lunga.

Non sono preparato per correre una maratona, o quantomeno per tirarla, per cui sin dall'inizio decido per un lungo di una trentina di 30 km, per poi finire defaticando. Insomma, cerco di prenderla comoda (è sempre tutto molto relativo) e viverla anche per quello che si trova intorno alla gara in quanto tale, che di norma non vediamo perché sempre presi dal cronometro.

Fino al km 8 il percorso è un po' anonimo, ma veloce, anche se tutta la pioggia che non accenna a diminuire appesantisce non poco la nostra azione. Dal 12° al 13° giriamo in zona San Siro, il primo momento che troviamo gente, anche perché qui si trova il primo cambio della staffetta. Tanta gente che applaude, una rarità a Milano, ma ci sono tanti gruppi sportivi, gente "del mestiere" che capisce ed apprezza la fatica di chi corre.

Il lungo passaggio in corso Sempione ci porta direttamente in zona centro Milano, nessun problema (almeno finora) di traffico, risse, discussioni...nel 2003 ero stato centrato in pieno volto da un pomodoro, pure acerbo, che male! Certamente la giornata di blocco aiuta tanto, però mi piace pensare che lentamente si cominci a trovare un equilibrio tra chi corre e chi...deve sopportarci.

Dal km 24 al 28 si fa un bel giro in centro città, Corso Venezia, Via Monte Napoleone, Via Manzoni, piazza del Duomo. I tratti di pavè ed i binari risultano talvolta nascosti da enormi pozzanghere, rendendo gli appoggi un po' pericolosi, però è bello per una volta essere padroni di strade off limits per i podisti.

I ristori si susseguono ben forniti e organizzati, rifornimenti veloci e quasi sempre su doppia fila, personale sveglio che facilita le operazioni ma non c'è da stupirsi, appartengono ai vari gruppi sportivi podistici milanesi.

Si ripassa da Porta Venezia e ci si immette sulla circonvallazione interna, ci correremo sopra un po' di chilometri. Raggiungo l'amico Stefano Asperti, eppure ho iniziato a rallentare, niente da fare , non mi batte neanche se vado piano.

Dopo Porta Ticinese mi imbatto nell'altra speaker, Rosanna Massari, pretende un'intervista al volo, è troppo simpatica, mi fermo e scambio due parole. Riparto e sento un poderoso ...vai, Maurizio! è Andrea Giannini (campione di salto con l'asta, 5.65 di personale), correrà non so con chi e quale frazione, ma correrà di certo. All'arrivo ho saputo che in effetti ha corso per 8 km conl'asta! a cui era appesa la bandiera dei bambini della Fondazione De Marchi.

Verso il km 34 vedoun angelo, Michelle Hunziker, che si avvicina alla zona cambio, correrà l'ultima staffetta. Secondo voi, si può forse non fermarsi a salutarla?

Continuo a non rilevare problemi particolari, dicasi intemperanze degli automobilisti (sempre tanti, alla faccia del blocco) o dei passanti.

Scalo un'altra marcia, la scusa è quella di defaticare, in realtà si fa sentire parecchio la fatica, causa la mancanza di lunghi e allenamenti specifici. So che da qui a poco arriverà l'amico Cristiano Ruaro, alla ricerca del suo personale, magari faccio qualche km con lui, magari ha bisogno di aiuto, inveceno! Mi raggiunge, scambio qualche parola, è inevitabilmente affaticato ma ben concentrato, sa che sta per compiere la sua impresa, lo vedo bene e allora perchè andargli dietro e fare ancora più fatica? Si arrangerà benissimo da solo, facendo il tempone.

Ci siamo, un lungo giro intorno all'Arena ci dice che ormai manca poco e se sei arrivato fin qui non molli nemmeno per sbaglio.

Dopo l'arrivo si recupera rapidamente la borsa e via subito a cambiarsi, i tendoni sono tanti, non ho trovato difficoltà. Finalmente roba asciutta addosso, non ha smesso un attimo di piovere.

Forse per i runners duri e puri non è un problema correre in queste condizioni, anche se inevitabilmente ne risentono i tempi, invece mi dispiace per quelli che corrono occasionalmente, tanti nelle staffette e magari anche per altri che, forse, avrebbero assistito più numerosi alla gara lungo le strade.

Archiviata la mia fatica mi butto nella mischia, cercando di raccogliere quante più opinioni e notizie possibili.

Comincio con Andrea Dovizioso, il nostro pilota italiano più forte, secondo lo standing moto GP 2012; Ciao, come è andata - *Tutto bene, ho corso l'ultima frazione della staffetta. Corri abitualmente -*

Guarda, io faccio tutti gli sport che mi capita di fare, un po' per necessità di forma, un po' perchè mi piace; spazio senza problemi dal running, che pratico un paio di volte alla settimana, all'arrampicata

. Qualche velleità di distanze più lunghe -

Non credo , devo fare attenzione per la mia professione a non caricare troppo ginocchia e articolazioni

. In bocca al lupo per il resto della stagione.

Incrocio per un attimo Andrea Trabuo, direttore della Milano Marathon, chiedo un parere al volo – *nel complesso mi pare le cose stiano andando bene, qualche criticità per le staffette, in occasione del recupero borse, arrivando bagnati e raffreddati la riconsegna doveva essere più veloce. Ne abbiamo preso nota.*

Affianco nei dintorni dell'arrivo Chiara Bisconti, assessora allo sport e al tempo libero al comune di Milano. Come andiamo – *mi pare bene, andrà ancora meglio quando vedrò arrivare mio marito Enrico, si è preparato con puntiglio con altri colleghi.*

Per il resto

brutta giornata ma bella per la tanta gente che si vede correre, un entusiasmo incredibile

– fa venire voglia di partecipare, magari l'anno prossimo –

ma, chissà!

. Intanto arriva Enrico.

Nel frattempo lo speaker annuncia il tempo stratosferico realizzato da Valeria Straneo alla maratona di Rotterdam: 2 h 23' 44, nuovo record italiano! Ci vorrebbe un boato, ma forse non è ancora così nota alla massa, comunque gli applausi sono tantissimi, soprattutto degli addetti ai lavori. In questo momento mi trovo accanto a Marco Marchei, direttore di Runners World, inevitabile farsi le domande: e ora, come faranno a lasciarla a casa? Mi risponde con una battuta – *sospetti, discussioni, ma chissà perchè quando andava piano nessuno le chiedeva perchè...andava piano.* La registro e la condivido. In pieno.

Poi è la volta dell'angelo che mi era apparso al km 34, Michelle Hunziker, pare non abbia nemmeno corso, tanto è pimpante. Gettonatissima, difficile farle domande, scambio due battute con Harold , suo fratello, una montagna di quasi due metri , ha corso con lei.

Poi la mamma, Ineke, di origine olandese, veramente una bella donna, c'era da dubitarlo? Mi dice che Michelle è sportiva nell'anima e nel DNA, riesce bene in qualunque cosa faccia. Non solo nello sport , aggiungo io.

Ecco che arriva un'altra persona che ho immenso piacere di conoscere, Annalisa Minetti; qui parliamo di un'artista e di una atleta. Questa volta gioco di anticipo e mi trovo in prima fila, inizio a parlarle, ma ha molto freddo, raggiungiamo un fungo, se non lo abbraccia poco ci manca. Inizia lei, quasi spontaneamente - *ho freddo, ma sono contenta, credo di aver corso bene, non era una giornata facile*

Londra – *. Inevitabile domandare qualcosa su
mi preparo, stiamo lavorando*

con il mio coach . Che si trova proprio al suo fianco, Andrea Giocondi , forte mezzofondista degli anni '90 (1'44'78 sugli 800 e 3'38'90 sui 1500). Come ha corso oggi Annalisa

– bene, tenendo conto delle difficili condizioni atmosferiche e del fondo stradale, con pavè e rotaie diventa complicato, ma lei è brava

...su questa frase nasce un mini siparietto tra i due, cerco di provocare...è bravo lui? È brava lei? Come vanno le cose in gara ma anche negli allenamenti più intensi? mi risponde Annalisa –

quando faccio fatica gliene dico di tutti colori, è un muro di gomma, ma anche lui non scherza

! Battute a parte, Andrea, qual è la cosa più difficile con Annalisa-

non farle sentire che ci sei, se non in caso di bisogno-

ci metto qualche attimo a capire, poi ci arrivo. E ora –

Ora dobbiamo darci dentro, confermare/migliorare il 5' netto sui 1500, perchè quella sarà la sua distanza. Andremo a fare un 1000 mt il 25 Aprile a Roma, poi i campionati italiani il 12 Maggio e poi se saremo bravi.....sarà Londra.

Un grandissimo in bocca al lupo.

Bene, mi può bastare, ora voglio parlare con i tanti "normal runner"che hanno corso, sofferto, spero anche gioito per le loro prestazioni. Sono la massa che rende possibili queste gare, mi metto in mezzo e parlo con tutti quelli che mi capita.

Roberto , di Rivolta d'Adda, prima maratona, in 3 ore e 15' (!) e altre due nella tenda del Pronto Soccorso, completamente disidratato. Ne abbiamo parlato, la prossima volta saprà sicuramente cosa fare.

Roberto Matteucci, dopo tanti tentativi di abbattere il muro delle tre ore e trenta finalmente ce l'ha fatta, 2 h 27' 45, complimenti!

Arrivano le varie staffette Onlus, sono uno spettacolo, cartelloni, palloncini, cori...mi viene la pelle d'oca e non credo sia per il freddo.

Enrico, di Lodi, ultima frazione della staffetta, gioca a calcio abitualmente, ma questo è uno sforzo diverso, solo apparentemente meno impegnativo.

Gianfranco Gallotti, presidentissimo dell'Ortica Team, si porta a casa quest'altra maratona. Passano gli anni ma continua a reggere bene appena sopra i 5'/km; ai neofiti, agli inesperti, a quelli a cui non riesce bene io dico...guardate i suoi dati di gara e capirete subito come correrla, oppure chiedetegli direttamente come si fa.

A tutti chiedo come è andata, freddo e pioggia a parte le opinioni sono generalmente positive, qualche problema per le staffette, una paio lamentano di aver dovuto consegnare le sacche troppo in anticipo rispetto alla loro partenza.

Arrivano in tanti, insieme, diventa difficile registrare nome o provenienza, poi conosco bene sia la gioia che la fatica all'arrivo, devo aspettare qualche minuto, anche se quei momenti sono i più emozionanti. C'è chi dedica la "vittoria" ad una persona scomparsa, se vogliamo è un classico. Un tipo mi dice che ha mollato il bar di cui era abituale frequentatore, e "pesante" cliente, per scommessa con gli amici, ha perso 8 chili, chissà se ora ci tornerà.

Poi, ovviamente, i tanti habituè della maratona, chi ha mancato il tempo e incolpa la giornata, chi lo ha fatto ma qui si sprecano i tanti...potevo fare meglio se...

Bene, metto in archivio anche questa maratona, corsa e vissuta diversamente dalle altre. Io, personalmente e da podista, promuovo questa manifestazione nel suo complesso, perché diverse criticità degli anni passati sono state risolte e poi per la (bella) sensazione che le cose

Milano - Milano City Marathon

Scritto da Maurizio Lorenzini - Redazione Podisti.Net

Lunedì 16 Aprile 2012 23:59 - Ultimo aggiornamento Martedì 24 Aprile 2012 00:21

cominciano a cambiare.

Ne dovrà passare di acqua sotto i ponti (ops , dopo la giornata di ieri, non è il caso) però sono fiducioso. Semmai il problema vero è in che direzione orientare gli sforzi, quali scelte fare in relazione agli obiettivi: maratona oppure tanta gente che corre, non è la stessa cosa, non è facile fare bene entrambe le cose, nel momento in cui si vuole una maratona con numeri e livelli autenticamente internazionali.

(Foto di Roberto Mandelli - Podisti.Net) [SERVIZIO FOTOGRAFICO](#)