

FEDERICO D'ASCOLI RACCONTA LA SUA AFFASCINANTE



La mia New York

"The last one, the last one. You get it, you get it" ti grida una ragazza bionda che ti batte anche il cinque. "E' l'ultimo, ce la fai", ripetuto due volte. La Quinta Strada, nella parte che costeggia Central Park è un continuo falso piano, chilometri e chilometri di salita leggera. Uno strazio per i muscoli con l'acido lattico che te lo ricorderà, puntuale, per almeno un paio di giorni successivi. La gente, ai bordi

della strada, continua ad incitarti senza risparmio come ha fatto nei precedenti quaranta chilometri. Sei all'ultimo miglio prima dell'arrivo, un chilometro e seicento metri prima che la "tua" maratona di New York si concluda, con una medaglia. Pensi che hai corso tanto che non ce la fai più, ma pensi anche che piuttosto che fermarti potresti correre un'altra ora con questo ritmo: è una bella consolazione pensare che ti mancano appena nove minuti. D'altra parte non ti ricordi neppure perché una mattina ti sei svegliato e hai detto: voglio fare la maratona, la maratona di New York. E' successo e basta, era gennaio: da allora ti sei allenato da solo e con serietà. Quattro volte alla settimana con il freddo dell'inverno, il sole timido della primavera, il caldo terrificante di agosto, chilometri da macinare prima di andare al lavoro. I sogni aiutano a vivere meglio, ma senza impegno quotidiano diventano incubi. L'arrivo a New York era stato affascinante, il fuso orario ti aveva permesso di apprezzare i particolari di una città straordinaria che si risveglia: i primi bar che aprono, i runner che affollano Central Park, le strade larghe senza il caos del traffico. Belle cose che non dimenticherai mai, ma la testa era già lì, a quei 42.195 metri, 26,2 miglia secondo la misurazione anglosassone. Per un attimo ti confondi con il lento percorso di avvicinamento ad una partita importante, una sensazione che pensavi ti avessero strappato di mano insieme al fischietto. E invece la vita ti sorprende perché il ritiro del pettorale al Javits Center, due giorni prima, è come l'arrivo di una designazione. Ora, dopo tanta preparazione, tocca a te, solo a te. Due allenamenti di gruppo con gli altri italiani (tra cui l'ex ciclista Davide Cassani e l'ex presidente del Bologna Alfredo Cazzola) e siamo già al briefing della vigilia con due campioni come Giacomo Leone, l'ultimo italiano ad averla conquistata nel 1996 e Laura Fogli che per cinque volte è arrivata sul podio senza la gioia di una vittoria. Consigli, precauzioni, una ricognizione mentale di quello che ti aspetta il giorno dopo. Con il monito di non farsi prendere dall'entusiasmo perché 42 chilometri sono tanti e il percorso non è poi così semplice come sembra. "La cosa che non vi hanno detto è che New York è tutta in salita": sembra una battuta che solo il giorno dopo non ti fa per niente ridere. Sarà una gara maledettamente straordinaria. Avverbio e aggettivo non sono buttati lì a caso, perché fatica e felicità si mescolano. Lo comprendi quando ti dicono che lì al briefing c'è un ottantenne italiano che partecipa alla sua ventesima maratona di New York. Lo guardi negli occhi e noti una luce che ti sorprende, è la tua stessa voglia di essere già alla partenza. Di giocartela. Solo qualcosa di davvero magico può fare quell'effetto dopo tante maratone. La sveglia della domenica mattina suo-

na quando fuori è ancora buio. L'appuntamento con il pullman per Staten Island è alle 5.45, si fa colazione e poi ci si veste. Con Simone, l'amico aretino che la correrà con te, hai scelto un completo quasi uguale: tutto nero con il nome sul petto e il tricolore. Foto con fidanzate, mogli e figli e poi a bordo del torpedone. Alle 6.20, dopo aver superato il maestoso ponte da Verrazzano sei già nella base militare che ti ospiterà fino alle 10.20, orario fissato per la partenza della terza ondata, la tua. Quattro ore di attesa: ci sono gruppi che suonano, alle 8.30 c'è la messa e soprattutto tanta roba per fare colazione, caffè caldo, pastine, frutta, barrette energetiche. Il freddo e il vento pungono ma grazie a Simone, dopo aver vagato per un'oretta buona, trovi un po' di riparo al volante di uno dei camion Ups che sono fermi e che porteranno le borse con i "panni" dalla partenza all'arrivo. Non si potrebbe, ma non siete italiani per caso... La tua ora è arrivata, ai blocchi di partenza c'è il mar certosina. Con Simone, che partirà da u con un "ti voglio bene" che segna l'import amici che rimangono di rigorosi e irrem l'altoparlante spara "New York" di Liza M Via. Sul ponte c'è un silenzio quasi surr giusto, senza esagerare. La festa vera i dopo il "Verrazzano-Narrows" come lo entrato a Brooklyn, il quartiere popolare gente ti accoglie come a casa: "Welcome ricordi, gridata da una bambina nera, o presidente del consiglio. Ti avevano d particolare, ma finché non lo vedi, e n marea di gente che continuamente grida che ti dice "forza Italia" (chissà cor consiglio). Capisci subito chi è anglosa ha origini latine che ti dice "go, Fede". cinque, famiglie intere che ti regalano zucchero. Tante piccole band musicali "giuste": la colonna sonora di Rocky ti mento incessante, tanto che a volte pre evitare di correre troppo veloce sulle al così metà della maratona, tutta dentro dovrai tornare, che una sensazione così