

La marcia del confoego

I sassolini scricchiolano spostandosi sotto i miei piedi. Ad ogni passo sprofondo un po'.

Il mare di fronte è grigio e calmo. Onde tranquille che in un continuo rifrangersi creano spruzzi di schiuma bianca. Chiudo gli occhi per sentire meglio il loro suono ritmico.

Quando li apro mi accorgo dei gabbiani, delle loro bellissime ali bianche, della loro libertà. Volano dove vogliono e senza troppi perché. Si godono il cielo, si godono il mare, si rincorrono felici ...

Penso per contrasto al nostro mondo segnato da ritmi impossibili, da giornate che si susseguono frenetiche, da ruoli che non ci siamo scelti.

Penso ai doveri a cui sto venendo meno ...

Sono a Recco, per una gara. Per volare anche io libera come i gabbiani, godendo del cielo, del mare e dei monti.

Ora però bisogna andare ad iscriversi ...

Il pettorale è stato "recuperato" da una corsa un po' più lunga ... maratona di Berlino! Che bello, c'è quasi da gasarsi! E dire che correrla è un po' il mio sogno nel cassetto ... che coincidenze!

Ci viene anche data una bella medaglia. Sulla fiducia ...

Rivedo gli amici, l'immane Claudio, che qui gioca in casa, accompagnato dalla sua Raffaella.

Il suo nervo sciatico, che da un po' lo tiene fermo, al centro dei nostri discorsi. Decide di provarci ugualmente. Anche Raffaella è in tenuta ginnica. Dice che camminerà più che correre, partendo però prima di noi. Niente gara, solo una passeggiata in mezzo alla natura.

Uno scatto fotografico ed è lo start, urlato dal megafono.

Ci incanaliamo lungo una salita, il tratto di strada che porta a Santa Margherita, poi veniamo deviati in direzione Carbonara.

Il gruppo qui si divide. Non più un serpentone compatto, ma un gruppo di velocissimi, inseguiti da uomini e donne agguerriti, poi pian piano tutti gli altri, tra cui c'è chi, come me, dopo un tratto di corsa più o meno veloce, decide che è meglio affrontare la salita in altro modo ...

E' duro questo tratto con un dislivello più che impegnativo. Mette alla prova gambe e polmoni, ci si ritrova a combattere contro tutto e contro tutti.

Quante salite nella vita di ognuno ...

Sono tante le prove che si affrontano stringendo i denti e lottando. E certe volte più la vita ci mette alla prova, più noi tiriamo fuori un'energia inaspettata, che non sapevamo di possedere.

Noi runner siamo fortunati. Le nostre salite su strada ci fortificano e ci temprano. Ci insegnano a tirar fuori la nostra grinta, a non mollare mai.

Con Beppe ci facciamo forza. Ora è avanti lui, ora io.

“Tu da Ovada e io da Masone per soffrire a Recco ...” “Ma guarda laggiù ...” mi dice.

E riscopro il mare farsi più azzurro dell’azzurro del cielo. Le montagne immergersi in esso dopo aver dato vita a paesaggi mozzafiato. Alberi ancora verdi, non come dalle mie parti, fiori, frutti colorati, mille sfumature di tinte vive e accese.

La salita diventa un sentiero col muschio. Ai lati boschetti o case che spuntano fuori con i tipici muri a secco. Poi pian piano la pendenza cambia, si tira fiato.

La discesa dapprima è piuttosto ripida, a complicare la situazione, la creuza dove passiamo ha un acciottolato incerto. Si può scivolare, c’è umidità in giro.

Mi affianca una ragazza bionda. E’ alla sua prima gara con i colori bianco verdi dell’atletica Vallescrivina. E’ felice nonostante le difficoltà che sta affrontando, sono i suoi primi traguardi.

Ricordo la prima volta che ho indossato la maglia della Città di Genova. L’orgoglio di correre non solo per me, ma per un Gruppo, il senso di appartenenza e la fiera quando sul percorso vedi i tuoi colori portati avanti da altri runner, ma anche la consapevolezza di essere l’anello debole della società podistica cui appartengo ...

A volte è difficile anche correre in discesa. Colpa della mia amica Mirella. I taglierini al sugo di cinghiale che ci ha preparato ieri sera erano troppo buoni per gustarne solo un assaggio. Maledetta! E ci fossero stati solo quelli ...

La strada degrada sempre più, in breve scorgo il centro di Recco, i volontari che si danno da fare per agevolare il nostro passaggio, manca poco ... è fatta!

Un buon the caldo versatomi più sulle dita che nel bicchiere, le pacche sulla spalla da parte degli amici, il sorriso finale che accomuna tutti.

Doveva essere l’ultima gara dell’anno, ma mi è tornata la voglia di gareggiare.

E di sentirmi libera ...