

MARATONA DI ROMA

18 MARZO

Per Correre: Marco Raffaelli e Daniele Menarini



Un viaggio nelle vite di persone che hanno accettato la sfida nello scenario della città eterna. Momenti che noi atleti, almeno una volta nella vita, vogliamo vivere, godere, vincere, sentirci dentro, per sempre. La gara di Chiara Ceccarelli, un volo di 3:03', la sua solitudine, ma solo apparente, la fatica e la leggerezza. La maratona in 3:45' di Marco Loffredo: infaticabile, potente, un rugbista passato al running. La pacer Alina Losurdo, una voce che per 42 km ha sostenuto, aiutato, spinto un gruppo di atleti in 4:45'. Claudio Fasulo, i dubbi, l'impegno, l'emozione in agguato dietro la stanchezza. La gara di Mariangela Loparco, la "simmetria tra corpo e mente", l'equilibrio tra voglia di esserci e di arrivare, camminando. Il ritiro con onore di Stefano Credentino, un gladiatore. ♦



Roberto Tedeschi



3:03'31", Chiara

Per chi corre, il sogno più grande è fare la maratona. Per me l'obiettivo era di farla nel miglior modo possibile. Nel giorno tanto atteso e temuto mi fa compagnia il ricordo di allenamenti duri, intensi.

L'emozione mi avvolge, mi manca il respiro, il cuore va a mille. Ma in un attimo arriva lo sparo. Ci sono: sola con i miei pensieri e con la strada che mi separa dal traguardo. Così è iniziato il lungo percorso verso un obiettivo ancor più bello di quello che mi ero prefissata. Descrivere la commozione è difficile. Mi assalgono i dubbi, ma sono soffocati dalla certezza che sono preparata a percorrere con fatica, sofferenza e sudore passo dopo passo la lunga strada dei 42 km. Essere accompagnati dalle persone più care non ha prezzo, a ogni angolo della strada ti danno la forza di continuare, incoraggiandoti, facendoti vivere con serenità questa fantastica avventura.

(Chiara Ceccarelli)



3:46'33", Marco

Partire dal Colosseo verso i Fori imperiali mi ha fatto sentire parte della storia che ho letto sui libri. Esaltazione pura per un rugbista, un lottatore che combatte per la meta. In più ho vissuto il piacere di incontrare gli amici con cui mi alleno tutti i giorni al parco della

Caffarella. Partire insieme, fermarsi ad aspettare chi era nella gabbia dietro. Poi trovare il ritmo, quei 5 minuti al chilometro tante volte pensati, calcolati. Nella testa mi ripeto: «Vai piano, non guardare l'orologio». Il ritmo viene da sé, ogni passaggio davanti al cronometro lo conferma: 27', 51', 1:16', 1:46' alla "mezza". Lì quello sta



Roberto T. eliaschi



male, non vedi che cade! Mi fermo. Le labbra bianche, è giovane, dal viso non è italiano. Il suo cuore non rallenta. «L'ambulanza presto, chiamate, chiamate». Meno male che era vicina, al 27° km, 3 minuti per la vita, conferma il passaggio ai 30 km. Al 38° il fegato e le gambe protestano, decido di risparmiarmi per la prossima maratona. Viena, sto arrivando!

(Marco Loffredo)

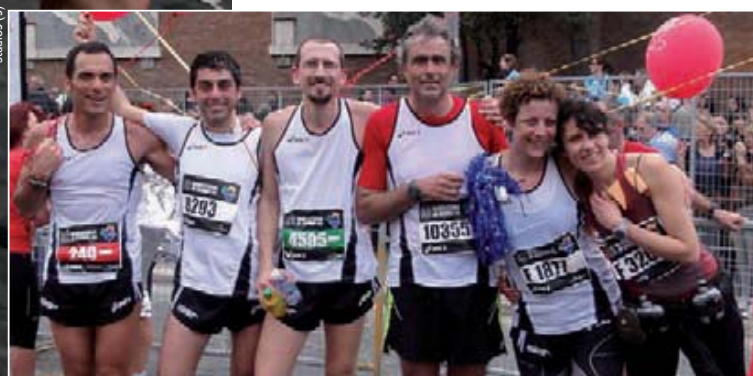
4:45'02", Alina

Qualche mese fa ho deciso di godermi Roma, viverla in pieno e correrla come non avevo mai fatto prima. Volevo partecipare da pacemaker con un passo non veloce, quello che viene adottato da molta gente alla prima maratona, bisognosa di un sorriso in più per non mollare. Con me un gruppo di pacer unito ed efficace. Con alcuni avevo già corso, ci hanno subito legato la motivazione e lo spirito. La corsa si è rivelata dura anche per noi, colpa del caldo e del vento lungo tutto il percorso. Roma è stata costruita su sette colli, non è poi così piatta. Le piazze finali, ricche di gente, ci hanno aiutato a fare rinasce i concorrenti dopo il famoso muro dei 30 km. A volte anche un applauso in più può fare la differenza. L'arrivo del pacemaker è speciale: si taglia il traguardo controllando il tempo, sommersi dagli abbracci, i ringraziamenti, le lacrime di gente che forse non incontreremo mai più, ma che porteranno dentro il ricordo della maratona e forse un po' di noi. Missione pacer compiuta. (Alina Losurdo*)

* Nella foto con il numero di pettorale 1877

Giannario Colombo

Studio5 (3)





4:25'24", Claudio

Perché corro? Probabilmente per me stesso, per la voglia di misurarmi con una cosa talmente grande che mai avrei pensato di potere affrontare fino a soli 5 anni fa.

Ma la maratona a Roma è troppo bella per far finta

di niente e restarsene a casa: come puoi resistere pensando che là fuori è scoppiata la festa, e tu non ci sei?

E allora parto, poco preparato, ma ci voglio provare: prima con Marco, il mio amico pacer per i primi diecimila. Vedo che la macchina risponde e allungo un po', e dopo qualche cigolio arrivo benino fino alla "mezza". Poi un gruppo di scandinavi mi distrae (ma cosa bevono questi al mattino?) e mi sorprendo quando in fondo a via del Corso raggiungo i palloncini blu delle 4:30', entro in piazza del Popolo con loro e lì, porcamiseria, chissà da quale angolo del cervello e del cuore, mi esplose dentro una emozione inarrestabile, sommatoria di faticastresscazzistortiegioiavera, e piango come un bambino. Ecco perché corro. Perché mi fa sentire migliore.

(Claudio Fasulo)



5:40'05", Mariangela

Non avevo mai partecipato a una competizione sportiva. Sono stata io, però, a proporre alle amiche del fitwalking di Sasso Marconi (BO) la Maratona di Roma. Motivo? La maratona, perché è la più classica delle gare; a Roma per cercare il bello di casa nostra. C'è voluta tanta

costanza e volontà per tirarsi giù dal letto tutte le domeniche mattina. Non c'è stata una sola volta, durante gli allenamenti, in cui non si sia parlato





dell'obiettivo, per noi molto ambizioso: tagliare il traguardo entro il tempo massimo. Tanta eccitazione che definirei adolescenziale, poi la calma assoluta, durante tutto il percorso; una corrispondenza perfetta tra corpo e mente. Dosando le energie sono riuscita a tagliare il traguardo mantenendo l'andatura costante. Non avevo a disposizione alcun supporto tecnologico, mi sono fidata di me stessa e la medaglia è arrivata. Provo grande soddisfazione, sono orgogliosa del risultato: percorrere 42,195 km in 5:40' potrebbe far ridere. A me adesso fa sorridere. Di gioia.

(Mariangela Loparco)

Ritirato, non battuto, Stefano

Ho deciso di correre la maratona di Roma per rimettermi in gioco, vincere la scommessa con me stesso e riuscire a superare la paura della distanza. La mia ultima è stata nel 2007, poi per un motivo o un altro non sono più riuscito a schierarmi dietro la linea di partenza di una 42 km. Domenica 18 marzo, su via dei Fori imperiali, avevo voglia di dimostrare a me stesso che possedevo il coraggio di vincere la battaglia con la maratona. Volevo migliorare il mio personale, chiudendo con un tempo intorno alle 3:45'. Com'è andata? Male, ha vinto di nuovo lei, purtroppo per un problema muscolare ho dovuto rinunciare e mi sono fermato al 26° km. Le emozioni provate sono state un mix di ansia nei giorni precedenti, grande gioia prima della partenza, buona concentrazione nel seguire il passo prefissato, grande sconforto al momento del ritiro, al punto di pensare che la maratona non faccia per me. Ora, a mente fredda, posso dire che la madre di tutte le corse ha vinto una battaglia, ma non la guerra. Sono pronto a rialzarmi e rimettermi in gioco per giungere fino in fondo e dire: «Stefano ha vinto».

(Stefano Credentino)





RISULTATI UOMINI

1	Kanda (Ken)	2:08'04"
2	Barmao (Ken)	2:08'52"
3	Tsega (Eti)	2:10'47"
4	Aredo	2:11'05"
5	Birhanu	2:11'30"
6	Endeshaw	2:12'14"
7	Langat	2:13'50"
8	Kabtumu	2:13'51"
9	Tekileab	2:14'13"
10	Tesfa	2:15'28"
11	Cheruiyot	2:16'00"
12	Matviychuk	2:16'47"
13	Mvuyekure	2:17'32"
14	Kellum	2:18'20"
15	Gebremariam	2:19'14"
16	Chemitei	2:20'23"
17	Fikadu	2:20'46"
18	Olefirenko	2:20'47"
19	Ntirenganya	2:21'02"
20	Tola	2:23'01"
21	Buccilli	2:25'03"
22	Minici	2:27'06"
23	Dabela	2:27'33"
24	Jozsa	2:29'01"
25	Quaglia	2:29'37"
26	Calcaterra	2:30'32"
27	D'Innocenti	2:30'47"
28	Embaye	2:31'04"
29	Tiberti	2:31'10"
30	Santillan	2:32'32"
31	Ewender	2:35'58"
32	Kesete	2:36'09"
33	Palladino	2:36'22"
34	Boffo	2:36'22"
35	Caroni	2:37'16"
36	Di Gregorio	2:38'11"
37	Beatrici	2:38'26"
38	D'andrea	2:39'01"
39	Cola	2:39'36"
40	Piccirillo	2:39'47"
41	Lorenzo	2:41'49"
42	Cudin	2:42'05"
43	Gallone	2:42'22"
44	Mascari	2:42'32"
45	Monteiro	2:42'38"
46	Figueras	2:43'52"
47	Chataway	2:44'12"
48	Belotti	2:44'51"
49	Dentato	2:45'06"
50	Meert	2:45'09"

Cosa resterà della maratona di Roma numero 18?

Bisognerebbe chiederlo ai 12.688 che l'hanno conclusa, record di sempre. Il precedente, che risale all'edizione del 2011 con 12.611 arrivati, è stato superato di 77 unità. 10.353 uomini, 2.335 donne. Gli italiani: 7.331; gli stranieri: 5.357. Completano il conteggio 49 diversamente abili, per complessive 12.737 vittorie. A noi, lo sapete, i numeri piacciono. Quelli veri, che si possono verificare. Questi ci dicono che la maratona in Italia è un fenomeno solido, che cresce col passo lento e continuo delle attività che pian piano si fanno tradizione. Chi resta male perché si cresce poco se la prenda con la televisione che trasmette solo tromboni con la bava alla bocca che si scannano

su un rigore non dato. Pensare che di colpo la più importante delle gare italiane possa schierare al via trenta, quarantamila persone è come sperare nel sei al Superenalotto. «Ma a New York...» obietteranno gli scienziati per un giorno, ... a New York il sindaco lo inquadrano alla partenza. Fine della trasmissione. Cominciamo magari da lì, dal coraggioso tentativo di La7 infarcito di troppi politici. Lo so che bisogna farli contenti, non vivo su un altro pianeta. Nutro solo la speranza che prima o poi si possa entrare nel passato prossimo e dare la linea alla passione, che comunque si è intravista. Del battere del cuore alla gara di Roma in queste pagine vi abbiamo proposto un piccolo campione. Un carotaggio, come direbbero i geologi, per son-



RISULTATI DONNE

1	Kimutai (Ken)	2:31'11"
2	Bekele (Eti)	2:31'23"
3	Kovalyova (Rus)	2:31'53"
4	Abdela	2:32'11"
5	Rahaset	2:33'42"
6	Reda	2:34'05"
7	Demse	2:34'22"
8	Megersa	2:35'04"
9	Mccambridge	2:36'37"
10	Hailmaryam	2:37'39"
11	Toroitich	2:41'03"
12	Podnebesnova	2:41'31"
13	Nyirabarame	2:45'24"
14	Dogana	2:51'08"
15	Fardell	2:53'44"
16	Mustat	2:57'25"
17	Bull	2:58'30"
18	Golin	2:59'30"
19	Carlín	3:00'22"
20	Hopkin	3:00'49"
21	Salvatori	3:01'45"
22	Ceccarelli	3:03'38"
23	Nesta	3:04'37"
24	De Rose	3:04'47"
25	Capelli	3:07'35"
26	Flowers	3:09'50"
27	Rock	3:10'17"
28	Tallarico	3:10'21"
29	Patracchini	3:10'35"
30	Giuliani	3:10'36"

RISULTATI HANDBIKE

1	Alex Zanardi	1:11'46"
2	Mauro Cratassa	1:17'11"
3	Rafal Wilk (Pol)	1:17'11"



Roberto Tedeschi (2)

dare il pianeta maratona, che non ha mai una faccia sola. La classe di Kanda, la grinta della Kimutai (spettacolare il finale delle donne), l'entusiasmo di Zanardi, l'ostinazione di Deborah Ingram, cinquantaseienne americana di Gainesville (Florida), ultima al traguardo.

Abbiamo dato la precedenza alla normalità di Chiara, Marco, Alina, Claudio, Mariangela e Stefano, senza nulla voler togliere ad altre sfide: Luca Turrini, residente a Sydney, ha corso a Roma la prima di 20 maratone in 20 giorni in Italia (844 chilometri), con l'obiettivo di raccogliere 50.000 dollari australiani (37.000 euro) da devolvere al Cancer Council Australia; Giuseppe Papaluca e Tobias Gramajo si sono inventati l'iniziativa "Vincere senza arrivare primi": sono partiti per ultimi e

hanno raccolto da ogni sostenitore 1 centesimo per ogni atleta superato, per costruire BibliPagantica, una struttura polifunzionale a L'Aquila che ospita una biblioteca per bambini e ragazzi con il presidio dell'Associazione Libera; Rosie Swale-Pope, sessantaquattrenne gallese di origine svizzera, ha partecipato per raccogliere fondi per la ricerca sul cancro in memoria di suo marito. Quelle dei nostri testimoni sono parole scritte col sudore, a volte con le lacrime, nemmeno tanto nascoste. Le dedichiamo al volontario che dopo aver prestato servizio al ristoro del ventesimo chilometro, mentre tornava a casa si è accasciato per un malore. La sua corsa di vita si è fermata lì, nonostante il rapido intervento dei soccorritori.

Daniele Menarini