

## SONO DIVENTATO UN MARATONETA

Scritto da FRABRIZIO FUSCO

Mercoledì 23 Marzo 2011 13:45 - Ultimo aggiornamento Giovedì 24 Marzo 2011 06:26

---

### RACCONTA LA TUA STORIA

#### Sono diventato un maratoneta



Forse dovrà passare qualche giorno per capire davvero cosa ho costruito in quest'ultimo anno. Ieri ho portato a termine la mia prima Maratona. Ho rischiato di non farcela, ieri ho sbagliato tanto... Ritmo troppo forte, sanpietrini, vento, percorso impegnativo. Troppe cose non avevo considerato... E' stato molto diverso dal percorso scorrevole su cui mi alleno. Dovevo pensarci... Alla partenza tutto va per il meglio, i km scorrono veloci fino al 15°. Prendo acqua e gel di carboidrati. Subito intuisco che avrei fatto meglio a non prendere il gel. Il ritmo è ancora buono, ma sento un equilibrio che si sta spezzando, qualcosa che non va. Non ci penso e vado avanti, segnando ancora ottimi tempi intermedi. Km 25: Non è più un presentimento... Sono già in crisi... E' finita... Qualunque maratoneta che va in crisi prima del 30° km ha possibilità quasi nulle di arrivare al traguardo. E allora penso: "E' davvero finita, arrivo al prossimo punto di controllo, lascio il chip e mi fermo". Mentre la corsa si fa affannata, un mucchio di pensieri girano per la testa in quegli istanti. 5 mila km percorsi, allenamenti la mattina presto, con sole, pioggia, freddo... E poi finire così... Ogni km sembra più lungo, tutto si allunga, il tempo non passa più. Mi dico che ci provo lo stesso, che vado avanti finché posso... Sono lento, ai margini della strada, molti mi passano, ma tengo duro.

## SONO DIVENTATO UN MARATONETA

Scritto da FRABRIZIO FUSCO

Mercoledì 23 Marzo 2011 13:45 - Ultimo aggiornamento Giovedì 24 Marzo 2011 06:26

---

Km 35: Arrivano anche i crampi a complicare tutto. L'asfalto sconnesso ed i sanpietrini sono tremendi per i miei polpacci. Il pubblico diventa sempre più numeroso ai margini della strada. Sono partecipi e ci incitano a non fermarci. Sono loro che "spingono" ora, è grazie a loro se ancora sto correndo. Gli ultimi km scorrono lentissimi, durano un'eternità, ma ora il traguardo è davvero vicino. Il cronometro ormai non conta più, la gara contro il tempo l'ho persa mestamente già al km 25. Ma superare una crisi, è comunque una vittoria. Continuare quando molti si sarebbero arresi è comunque una vittoria...E allora eccolo lì il Colosseo e lì dietro il traguardo. Ce l'ho fatta, ho la medaglia al collo... Quanto l'ho sudata questa medaglia! Sono 100 metri dopo il traguardo, steso per terra senza forze tra le lacrime. Di dolore per i crampi, di rabbia e delusione per aver sbagliato, ma soprattutto di gioia per aver comunque resistito alla crisi e alla tensione accumulata in quelle quasi 4 ore di corsa...Che giornata indimenticabile... Dicono che la prima maratona non si scorda mai... E credo che sarà così...