

## CITY MARATHON MILANO, 10 aprile 2011

Bellissimo momento carico di forti emozioni legate al fatto che era soltanto la seconda volta che correvo a Milano, dopo la prima volta nel 2009 alla 10 km del Parco Sempione. Sentivo perciò che dovevo in qualche modo “riscattarmi” da questa defezione dalle gare a Milano. La mia “resistenza” era legata al fatto che durante gli anni di lavoro non tornavo volentieri in città nel fine settimana, ma ora, libero da impegni lavorativi, avrei potuto dimostrare con questa gara che il correre a Milano sarebbe stato possibile ed anche bello come in effetti così è stato. Anche la fase di preparazione è stata programmata per ottenere un ottimo risultato che tendeva a chiudere sulla soglia delle 3 ore o poco più e nella prima parte della gara ho deciso di contenere l’andatura per riservare la necessaria energia nella seconda parte o perlomeno dal 33° km in poi.

Purtroppo anch’io come tanti soffro il caldo e domenica la temperatura non è stata ideale per il tipo di gara (*partenza con 24°, arrivo con 27° / 28° dopo i 30° del sabato°*). Per questo tantissimi hanno rallentato soprattutto nelle fasi finali realizzando un tempo superiore alle proprie attese e questo, in parte, mi consola anche se confidavo comunque di far meglio. Al riguardo, significativo è stato il numero di maratoneti che hanno tagliato il traguardo: 3405 su 4025 presenti al via, costringendo molti al ritiro proprio per il gran caldo.

Per quel che mi riguarda tenterò di far meglio la prossima volta, vedremo. Certamente nella preparazione non potrò sottovalutare taluni aspetti che in qualche modo sembrano secondari, ma che invece possono compromettere il risultato finale.

In sintesi, di Milano non sono stato soddisfatto per il tempo finale, ma soddisfatto per il 2° posto di categoria.

In allegato lo stralcio della classifica con i primi 10 uomini e le prime 10 donne, oltre ai partecipanti del G.P. MIRALAGO e della hand bike.

Oltre agli atleti impegnati sulla distanza classica dei 42 km e 195 metri, un grande successo ha avuto la Relay Marathon, una maratona corsa in staffette composte da quattro atleti che ha visto la partenza di ben 1225 squadre per un totale di 4900 frazionisti.

Altra considerazione su questa gara è stato che alcuni hanno gareggiato per vincere, alcuni hanno partecipato soltanto per arrivare, altri hanno partecipato per varie Onlus ponendo in evidenza una notevole sensibilità ai problemi di chi nella vita non è sin qui stato fortunato.

Bellissimo il percorso che da Rho-Fiera porta progressivamente in Milano dopo aver toccato punti simbolo per molti come l’ippodromo e lo stadio di S.Siro. Il percorso in città è di tutto respiro per i larghi e lunghi viali che calpesti e dove ti senti in qualche modo piccolo in mezzo a titani (*piccolo tra i palazzi ed i monumenti*).

Momento molto emozionante l’incontro in piazza Duomo con Valeria (*mia moglie e maggior sostenitrice di questa mia passione che durante gli allenamenti mi segue con la sua bicicletta per incitarmi e “controllarmi”*) in compagnia degli amici milanesi Roberto e Ines che si sono poi portati al Castello per attendermi al traguardo regalandomi un bellissimo servizio fotografico realizzato da Roberto.

Vista la vicinanza della gara avevo ipotizzato una buona partecipazione del nostro G.P., ma già il fatto di sapere che gareggiava anche Mauro Contini mi faceva molto piacere pur non essendoci incontrati almeno prima della partenza. Grazie Mauro.

*alfonso leoni*



alfonso



Mauro

