

Alla "100 km del Passatore"

"Corri Pierangelo, corri...!"

Il Forrest Gump nostrano è Pierangelo Gargantini, presidente del Gpg '88.

Cento chilometri. Anche percorrerli su di un'autovettura stanca molti. Chi ama la bicicletta sa che è faticoso coprire questa distanza pedalando sulle due ruote. Chi fa podismo, invece, sa che è come correre una maratona, all'arrivo tornare indietro fino alla partenza e poi ancora rifare il tragitto per un'ulteriore metà percorso. Cento chilometri Pierangelo Gargantini, cinquantatreenne, presidente da una dozzina d'anni del Gruppo Podistico Gorgonzola '88, li ha percorsi interamente e dalla partenza, alle ore 15 di sabato 30 maggio in piazza della Signoria a Firenze, fino all'arrivo, nel centro di Faenza domenica 1 giugno all'una di notte, in una "super maratona" lunga oltre dieci ore, la "100 km del Passatore".

"È una delle principali ultramaratone - racconta Gargantini - Quest'anno siamo partiti in 1.300 e siamo arrivati entro il tempo massimo delle venti ore quasi in mille: un numero notevole".

Il tuo risultato supera ogni aspettativa...

"È la quarta volta che partecipo a questa gara. Nel 2002 mi sono ritirato a 25 km dall'arrivo; nel 2003 ho concluso il tragitto in undici ore e sette minuti, mentre tre anni fa l'ho concluso in dieci ore e trentanove minuti. Questa volta le dieci ore e sette minuti (tempo che gli ha garantito il settantottesimo posto in classifica assoluta, considerando anche i professionisti «top runner», ndr.) rappresenta davvero un grande risultato. Sono molto contento. Ti prego, però, di considerare che tutto il gruppo s'è comportato assai bene: siamo partiti in sei della nostra società e in cinque siamo arrivati al traguardo".

Il tragitto è molto faticoso e selettivo sin dall'inizio, non è così?



Pierangelo Gargantini in corsa sulle strade dell'Appennino.

"Firenze è meravigliosa: partire dalla piazza della Signoria è qualcosa di veramente emozionante. La salita Fiesole, che si incontra dopo pochi chilometri, è già impegnativa: va percorsa senza andare in debito d'ossigeno, altrimenti resti segnato per il resto del percorso. Poi tutto il tragitto è collinare. Il Passo Tre Croci, intorno al quindicesimo chilometro, rappresenta un altro momento molto difficile. Il tratto più duro, però, inizia dopo il primo intermedio: a metà gara esatta si scollina sull'Appennino ai 920 metri del Passo della Colla, dopo sedici chilometri di salita".

E sei solo a metà gara...

"Già! I dodici chilometri seguenti sono molto complessi: la discesa continua ti fa recuperare ma rischia di farti «saltare» le gambe. Al 65° chilometro inizia il «tratto di Caronte», che ti porta all'inferno. Sono quaranta chilometri, gli ultimi, di falsopia-

no: lì si percorre totalmente al buio, armati di pila, e non si riesce a capire quando inizia la pendenza. Le gambe se ne accorgono, però: è davvero durissima! Io fortunatamente avevo Silvana, una ragazza del Gpg, che mi ha seguito in bicicletta facilitandomi la vista. Sull'Appennino di notte è proprio buio pesto!"

Quali sono le maggiori difficoltà fisiche?

"La paura più grande è legata all'arrivo di crampi. Devi sempre stare attento, controllare il passo e «sentire» i tuoi muscoli. Concludere una gara così rappresenta già un successo; il tempo lo si controlla dalla seconda partecipazione in poi, per chi ha il coraggio di rifarla più volte..."

L'arrivo, ovvero la liberazione. Puoi raccontarcelo?

"Questa volta sono partito più forte del previsto; andavo benissimo ma ho preferito non esagerare. Quando arrivi

a Brisighella, con i due meravigliosi castelli illuminati, pensi che ce l'hai fatta. È un errore: da un lato l'adrenalina ti spinge più forte, dall'altro mancano ancora alcuni chilometri e le gambe urlano la loro volontà di non muoversi più. Gli ultimi dieci chilometri sono i più terribili, hai dolori dappertutto e le gambe sembrano realmente di cemento. Il buio è assoluto e l'ultimo ristoro al novantacinquesimo chilometro è terribile. Il tragitto è un dramma fino a tre chilometri dall'arrivo".

Poi?

"E poi vedi le luci della piazza di Faenza che ti danno un'energia e una carica uniche. Spronato da Silvana e da suo marito Aurelio, che mi hanno seguito in bicicletta e in pulmino, ho anche allungato il passo, superando in allungo, a poche centinaia di metri dall'arrivo, alcuni corridori che mi precedevano".

Cosa ti fa continuare quando tutto il fisico sembra implorare uno stop?

"L'allenamento, il fatto che manca poco e la tanta gente, migliaia di bambini che si incontrano lungo il percorso. Io ero tra i primi, professionisti a parte: la gente, e i piccoli in particolare, si accorgono della differenza tra i professionisti e gli amatori, leggono sul volto la fatica «diversa» e così ti sono più vicini".

Qual è, ora, il tuo obiettivo?

"Ho capito che posso provare a stare sotto il muro delle dieci ore. Ci proverò, insieme ai tanti appassionati della mia società con i quali continuo a condividere l'amore per questo sport che pratichiamo in modo sano: la mia «droga» in corsa e negli allenamenti sono la coca-cola e gli integratori che vende l'Esselunga..."

p.m.