

"Firenze Marathon" 2016 – Mirko Dibenedetto

@Firenze. Sono rientrato dalla trasferta di Firenze, la mia prima Maratona. Che emozione! Ok, non è andata come speravo, mi ero preparato pensando di poter arrivare a 4 h. Poi la contrattura che mi ha bloccato nelle ultime due settimane, mi ha portato a pensare che non sarei riuscito a fare neanche 2 km. Ma "meno male che c'è Grandinetti!".

La giornata stupenda, scaldarsi in griglia in Piazza della Signoria era già suggestivo, fino al 12° tutto bene, poi la contrattura è tornata a fare capolino ma non mi ha bloccato ho passato la mezza in 1h56' e poi è iniziato il declino fino al buio del 40°. Un po' di acqua e sali e sono arrivato al traguardo. E quella (nonostante il tempo - 4h30') è stata un'emozione fortissima, fortunatamente vissuta anche di fronte a moglie, figli e genitori che incitavano sulla tribuna. Ad avere le gambe ne farei un'altra domani.

Ci sarebbe tanto da dire sulle emozioni provate, legate a ciò che ha portato lì e cosa ci è voluto per arrivarci, ma anche legate a tutto quello che ti circonda: gli altri corridori, atleti in formissima, anziani arrancanti, donne magre e grasse, chi alla prima, chi alla 250°, chi travestito da Pinocchio, chi spingeva un disabile, poi la gente che incitava, i bambini con i cartelli, etc.

Ora devo solo decidere la prossima, perchè sicuramente ce ne sarà una prossima.

Una nota sull'organizzazione, in generale molto buona, il percorso ottimo (venduto come piatto, ma c'erano degli strappetti che ho sentito sulle gambe) e suggestivo.

Note negative: i ristori, biscchierini piccoli riempiti per metà di sali o acqua, prendendoli al volo praticamente bevevo qualche goccia a ristoro (e probabilmente anche questo ha influito) - I Pacemakers, volevo provare a puntare quello delle 4h, ma invece che partire nelle griglie relative al tempo, sono partiti tutti davanti nella prima griglia, quindi chi li ha visti. Nonostante fossi mischiato nella griglia dalle 3h45' alle 4h30' e nei primi 20 ero sotto come media, non li ho visti neanche in lontananza, questo quindi non ha funzionato.

postato da Mirk il 29/11/2016 19:02