

Il racconto della nostra trasferta in terra russa

Mercoledì 09 maggio

Ultimo allenamento in terra elvetica, in presenza dell'allenatore Pietro, che in vista della partenza da Lugano-Agno domani mattina ci ha già raggiunto. Allenamento-test mania-degli-allenatori ;O)

Giovedì 10 maggio

Diana al sorgere del sole e primo volo del mattino da Lugano-Agno: alle 7h15 siamo (io, Laura, l'allenatore Pietro e Daniele, presidente della nostra società) già a Ginevra-Cointrin. Ad aspettarci troviamo l'altra metà del gruppo: il maiorchino di Lucerna, cinquantista, Alex (anche lui atleta della SAL Lugano), Frederic (capo tecnico svizzero e giudice internazionale) e Christine (segretaria della federazione). Ci imbarchiamo sul volo per Mosca e dopo tre ore di volo atterriamo nella capitale russa. Ad attenderci un piccolo gruppetto di volontari che con un pullman ci portano in un albergo non molto lontano dall'aeroporto Domodedovo, dove ci viene data la possibilità di ristorarci, riposarci, rifocillarsi. Finora tutto è organizzato nei minimi dettagli. Passiamo praticamente l'intero pomeriggio a chiacchierare nel giardino dell'albergo, oggi a Mosca è una bella giornata primaverile e c'è una temperatura molto gradevole.

Verso le 18h (con mezz'ora di ritardo) arriva il pullman che ci porterà alla stazione centrale. Quest'anno niente volo interno su solito vecchio Tupolev, viaggeremo in treno. Impieghiamo due ore abbondanti per raggiungere la stazione centrale, i problemi di traffico ci sono anche a Mosca ;O) e che traffico.

Decidiamo di cenare in un ristorante italiano, la pizza non è male. Alle 21h30 prendiamo il treno notturno che ci porterà a Saransk. Dieci ore di viaggio per percorrere grossomodo 630km.

Venerdì 11 maggio

Alle 7h24 puntualissimi arriviamo a Saransk. Il viaggio in treno è andato molto bene, tutti (quasi tutti, per maggiori ragguagli chiedete della Segheria Albisetti) abbiamo dormito. Il treno era molto pulito ed ordinato, e non era poi un treno così vecchio come ci avevano raccontato. Troviamo due attachées ad attenderci, Olga e Alena (la terza, Valentina, ci raggiungerà più tardi), che ci portano nel nostro albergo dove prendiamo subito una sostanziosa colazione. Sistemati tutti nelle proprie camere usciamo subito per farci un'idea di dove siamo finiti.

L'albergo è praticamente sul percorso delle gare, davvero comodo poter girare a piedi senza dover dipendere dai mezzi messi a disposizione dall'organizzazione. Molti marciatori si stanno già allenando, così io e Laura decidiamo di anticipare la nostra seduta d'allenamento alla mattina. Il cielo è terso e splende un bel sole, ma l'arietta è frizzante e fresca. Pranziamo tutti insieme e nel pomeriggio ci dedichiamo a qualche piccola spesa, acqua, frutta e qualcosa da sgranocchiare.

A fine pomeriggio le guide ci accompagnano allo stadio comunale per la cerimonia d'apertura, alla quale assistiamo a bocca aperta. Lo stadio è gremito e l'ambiente è da pelle d'oca. Incredibile cosa ci hanno preparato questi russi. Stimiano che ci siano almeno 2'000 comparse...

Sulla via del ritorno verso l'albergo facciamo un breve giro turistico, poi cena e a letto.

Sabato 12 maggio

Prima giornata di gare. Il programma orario del weekend non è proprio il massimo, e pare che

qualche squadra abbia già protestato.

Mattina dedicata all'ultimo allenamento, il cielo è sempre sereno ma l'aria si è riscaldata e si prevede un weekend molto caldo. I volontari si stanno dedicando alle ultime rifiniture sul percorso... ogni singola seggiola delle tribune piazzate lungo l'intero percorso viene pulita, anche le strade vengono pulite dalla polvere, e qualcuno ridipinge i cordoli delle aiuole, niente è lasciato al caso. Sembra quasi che i tulipani piantati davanti alla cattedrale abbiamo deciso di sbocciare proprio questo weekend.

Allenamento okkei. Pranziamo e facciamo una breve riunione tecnica per definire gli ultimi punti in vista delle gare di domani. Farà caldo, molto caldo, e non era previsto. Niente docce di vapore acqueo sul percorso, solo due punti (ai due estremi del percorso) in cui sarà possibile spugnarsi. Viste le previsioni gli organizzatori hanno deciso di piazzare dei congelatori con del ghiaccio a disposizione degli atleti nella zona dei rifornimenti personali. Meno male. Non ci resta che andare ad acquistare dei piccoli sacchetti di plastica che utilizzeremo per metterci del ghiaccio da infilare sotto il cappellino.

Verso le 15h30 usciamo tutti insieme per andare ad assistere alle gare. Ci cerchiamo un posticino all'ombra e restiamo lì a goderci lo spettacolo. E' incredibile quanto pubblico ci sia su tutto il percorso, non c'è uno spazio libero. Belle gare, combattute dall'inizio alla fine. Cielo parzialmente soleggiato con la minaccia di un temporale che però non arriva e la temperatura che sale sempre più, prime "suonate" dovute al caldo. Domani si prospetta una gara difficile. Cena e a letto presto.

Domenica 13 maggio

Io e Laura facciamo colazione da sole, sono tutti impegnati per la 50km dove Alex, il maiorchino di Lucerna o lo svizzero di Maiorca?, tenta, come noi, di ottenere il limite A per i Giochi Olimpici. Daniele, Christine e Fred lo assistono alla zona del rifornimento personale, Pietro è impegnato con il cronometro. Ma almeno possiamo stare tranquille. Prepariamo tutto l'occorrente per la gara e dopodiché scendiamo a tifare per Alex. Non riuscirà a qualificarsi per i Giochi, ma alla sua prima 50km portata a termine riuscirà ad ottenere il limite B (che dovrebbe già essere valido per i Campionati del Mondo dell'anno prossimo). Non male per un atleta di 41 anni che ha iniziato a marciare due anni fa.

E' il nostro turno... la temperatura è salita ancora e raggiunge ora i 31 °C, la nostra partenza è prevista per le 13h20, marcieremo sotto il solleone, sull'asfalto nero (rifatto quattro giorni prima), tintarella assicurata stavolta. Ci rechiamo nella zona riservata al riscaldamento dove ci raggiungono Pietro e Fred. Procedura in call room e recupero del pettorale con il chip per il cronometraggio. A nostra grande sorpresa Pietro ci fa riscaldare per 15 minuti scarsi, fa troppo caldo e anche lui consiglia di non guardare il cronometro, partire tranquille e giocare con la classifica. Il limite A per i Giochi sarà per un'altra volta.

Grande gara di Laura che partita in 74esima posizione, rimonta alla 54esima a metà gara e recupera altre 15 posizioni per terminare al 39° posto. Miglior piazzamento in Coppa del Mondo. Limite B praticamente riconfermato con 1h38'01" (24'29"-24'16"-24'22"-24'54" i suoi passaggi).

Dopo 10 giorni di stop completo per problemi alla schiena io parto più prudente (24'58"-24'55"-25'28"-26'42"), e passo dall'88esima posizione alla 60esima finale, 1h42'02" il tempo finale. Una gara modesta ma non potevo pretendere di più.

Le condizioni in cui abbiamo gareggiato non ci hanno di sicuro favorito, sono state tra le peggiori che abbiamo mai trovato. Ma portiamo a termine quest'avventura russa felici e

soddisfatte, è stata una delle migliori trasferte, un'esperienza fantastica. Peccato non aver potuto gareggiare con la squadra.

Lunedì 14 maggio Dopo il temporale di ieri sera la temperatura è decisamente cambiata, il cielo è di nuovo blu ma i gradi sono quasi dimezzati, oggi giriamo con la giacca. Sembra una presa in giro, la classica legge di Murphy.

In attesa di prendere il treno per tornare a casa dedichiamo la giornata alla visita di Saransk, una cittadina modesta ma carina, che nel 2018 ospiterà alcune partite dei Campionati del Mondo di calcio. Mattinata dedicata ad alcuni acquisti, giretto sul percorso che ormai stanno già smontando, preparazione valigie. Pranziamo con le guide al ristorante del cinema multisala, e nel pomeriggio giriamo per le vie della città. Ceniamo e ormai stanchi morti prendiamo il pullman che ci porta in una cittadina vicina dove prendiamo il treno per Mosca. Anche al ritorno dormiamo come ghiri nelle pulitissime cuccette, il treno è ancora più moderno di quello dell'andata, c'è pure la possibilità di ricaricare telefoni e macchina fotografica. La mattina ci viene servita anche la colazione. Arriviamo a Mosca alle 9h30, piove e ci sono 8°C. Un pullman ci aspetta per portarci all'aeroporto, e come all'andata ci sorbiamo il traffico cittadino. All'aeroporto dobbiamo risolvere un problema di visto prima di effettuare i check-in. Risolto il problema e inviati i bagagli andiamo un'ultima volta a pranzo tutti insieme. Cibo kazako per tutti...

Salutiamo Alex che prende un volo diverso dal nostro. Svizzera we come back.

Volo su Zurigo un po' movimentato all'atterraggio, c'è molto vento e l'aereo è tutto meno che stabile. Salutiamo Fred e Christine che tornano su Ginevra-Cointrin, noi voliamo su Lugano-Agno. Volo anche questo un po' troppo movimentato, ma finalmente, dopo poco meno di 24h di viaggio, siamo in Ticino.