

Sono passate due settimane dalla gara continentale e dobbiamo ammettere che gli aggiornamenti di sito e pagine Facebook varie hanno un po' risentito della pausa che ci siamo prese. Torniamo da voi con un diario retroattivo di quella che è stata la nostra avventura all'Europeo casalingo. Nella sezione "gallerie fotografiche" abbiamo già pubblicato una serie di fotografie, e poco alla volta procederemo ad inserire nuovi articoli.

Sabato 9 agosto: giornata dedicata alla presentazione ufficiale della squadra svizzera alla stampa con varie mini sessioni fotografiche (mini perché sembrava che si dovesse fare chissà che ed invece...). Non essendo previsto da parte di Swiss Athletics nessun rimborso per il viaggio fino a Zurigo (e ritorno) decidiamo di affidarci alle buone vecchie carte giornaliere FFS per ridurre i costi al minimo, ma anche perché la presentazione si svolge sulla Sechseläutenplatz, molto più comodamente raggiungibile in treno/tram che in auto.

La mattinata è dedicata prima ad un'informatica generica su quello che sarà la gestione del nostro tempo con le richieste dei media, quindi alla presentazione ufficiale della squadra alla stampa e ai discorsi ufficiali dei vari rappresentanti politici zurighesi.

Dopo il pranzo alla "House of Switzerland", la stessa viene aperta ufficialmente al pubblico e ne seguono un paio di ore dedicate alle interviste (noi siamo intervistate dalla Baslerzeitung), alle fotografie, ecc.

Ce la caviamo abbastanza in fretta e finalmente alle 16h00 raggiungiamo l'albergo a Regensdorf (Mövempick, che avevamo già avuto modo di "testare" a novembre, in una due-giorni informativa sull'evento continentale).



Domenica 10 agosto: giornata dedicata all'ultimo allenamento test importante. Anche a Zurigo la meteo non è delle migliori e tanto per cambiare ci svegliamo con la pioggia, ma anche a Zurigo siamo fortunate e riusciamo ad allenarci all'asciutto sotto un timido sole. A Regensdorf siamo logisticamente piazzate bene. La stazione del treno è a soli 10 minuti a piedi dall'albergo, la pista per l'allenamento è pure raggiungibile a piedi e per ogni necessità il centro commerciale è proprio sotto l'hotel. L'allenamento si svolge nel migliore dei modi, le sensazioni sono davvero buone.

Passiamo poi il pomeriggio a passeggio per le vie di Zurigo con la sorellina Grazia che ci ha raggiunte in treno da Friburgo. Serata dedicata all'ultimo massaggio per togliere le eventuali tensioni accumulate in questi ultimi giorni.

Lunedì 11 agosto: la novità del giorno è la meteo: piove pure oggi. E stavolta non siamo fortunate, l'allenamento dobbiamo farlo sotto la pioggia battente. Per passare il tempo facciamo una capatina nella zona Hardbrücke (skyline Primetower, negozio Freitag) niente di troppo stancante. In serata ci raggiunge Pietro, il nostro allenatore, anche lui arrivato in città con il treno. Il team è quasi al completo, manca il nostro preparatore atletico Antonello, che anche se non farà parte ufficialmente della squadra svizzera, ci raggiungerà domani.



Martedì 12 agosto: il giorno "x" si avvicina, ma per fortuna siamo ancora calme e rilassate. Dopo la sgambata mattutina di un'oretta sotto gli occhi vigili di Pietro, con qualche allungo ritmo gara per sistemare la tecnica, oggi è tempo di dedicarci alla stampa. Televisione, radio, stampa scritta, ecc. nel pomeriggio è tempo per la conferenza stampa organizzata da Swiss Athletics per gli atleti che gareggiano fra due giorni.

In serata ci rechiamo allo stadio, oggi prima giornata di gare, per fare il tifo per Irene, che purtroppo manca l'appuntamento con la finale continentale. Nel frattempo il team è al completo, ci ha raggiunto a Zurigo pure Antonello.



Mercoledì 13 agosto: un anno fa come oggi, Mosca, grandi risultati.

Vigilia di gara. Pietro se ne va in centro a Zurigo ad assistere alla gara maschile, 20km. Noi restiamo a Regensdorf, ci raggiunge Antonello, che corricchiando con noi riesce a riportarci un po' di serenità e a "smollarci" un po' dalla tensione pre-gara. Oggi piccola sgambata di una quarantina di minuti con qualche allungo a ritmo gara, giusto per risentire le sensazioni. Ci guardiamo in tv il termine della gara maschile, il percorso sembra davvero difficile ed impegnativo, i binari del tram sembrano essere di impiccio, la strada è stretta, manca lo spazio necessario, il giro di boa è inguardabile. Un po' di preoccupazione si insinua nelle nostre testoline.

Passiamo il pomeriggio a riposare in camera, preparando il materiale per domani e termiamo la

giornata con una visita lampo con caffè sul percorso di gara.

Giovedì 14 agosto: giornata memorabile, senza fine. Sveglia all'alba per riuscire a fare colazione ed avere poi il tempo di digerire. Alle 7h10 siamo già sul bus che ci porta sul percorso: le Pollisisters, Pietro, Carlo il medico e Danja la fisioterapista. Al nostro arrivo troviamo Frederic e Christine (entrambi membri della Federazione Svizzera di marcia ed impegnati come volontari al tavolo della giuria). Durante il primo giro di riscaldamento ci tranquillizziamo su quanto avevamo temuto del percorso: i binari del tram sono molto ben coperti, la strada è larga a sufficienza, le zone di rifornimento sono ben piazzate, per contro la boa è davvero molto stretta. Di sicuro sarà un percorso duro, ma per chi sarà pronto muscolarmente potrebbe anche risultare essere un giro da un chilometro davvero veloce. Nel frattempo poco alla volta arrivano dal Ticino i nostri tifosi, papà in testa, Dario, amici e conoscenti vari ecc.

Sulla linea di partenza siamo davanti :O) pronti e via siamo finalmente in gara all'Europeo casalingo.

Laura termina al 19esimo posto con il nuovo personale di 1h33'22"

Marie termina al 21esimo posto in 1h34'39" (secondo miglior tempo)

entrambe centriamo al primo colpo la qualifica per i Campionati del Mondo 2015 che si terranno fra un anno a Pechino.

