

## #quarantaduemilacentonovantacinquemetri

E' martedì pomeriggio, sono in pista che corro e Francesco mi raggiunge e mi chiede: "Ele, te la senti di accompagnare Luca a Valencia a fare la Maratona?". In quel momento sono un pochino spaventata per la paura di non essere in grado, perché per me è la prima volta sulla distanza regina, ma il pensiero di dedicarla ad un ragazzo Special Olympics mi rende felice e dà un senso in più alla mia gara.

Conosco Luca e Martina a febbraio, in una trasferta di CorrixBrescia. È ancora presto per iniziare la preparazione della maratona ma dobbiamo prendere confidenza e capire come comportarmi con lui.

La settimana dopo ci incontriamo alla partenza della Mezza Maratona di Brescia e lui mi abbraccia sollevandomi da terra, facendomi girare e dicendo alle persone che sono lì con noi in quel momento, che sono la zia che lo accompagnerà a Valencia. È felice e questo rende felice anche me.

Iniziamo a correre insieme al campo di allenamento del CUS, ma dopo alcune uscite, mi rendo conto che a Luca la pista non piace, lo fa innervosire percorrere sempre lo stesso giro e non sempre accetta di stare insieme ad altre persone, soprattutto quando c'è molta gente. Questo aspetto è molto delicato e lo noto anche in altre occasioni, come ad esempio, in una delle prime corse che facciamo insieme, la StraBrescia. Ci diamo appuntamento all' oratorio dove si trova la partenza, Luca arriva con suo papà, mentre io arrivo a piedi da casa. Luca mi vede arrivare, ma io, purtroppo no e saluto le persone che incontro. Luca si arrabbia molto per questo, torna verso la macchina e non vuole più correre. Con calma gli spiego che non mi ero accorta che fosse già arrivato e si convince a correre con me, ma è ancora arrabbiato.

Mi ci sono voluti circa 8km per riuscire a farlo parlare di nuovo!!!

Una volta rasserenato, torna il Luca di sempre: parla, ride e scherza. Mentre corriamo fa finta che la sua mano sia un uccellino e la picchietta sulla mia spalla; quando la mano scende un po' troppo esclama: "Uccellino stai fermo... Ti metto in gabbia". La gara non è semplice, tutta saliscendi, ma la terminiamo senza particolari problemi.

Circa un mese dopo proviamo a fare un'altra gara insieme, il Quarto di Maratona a Brescia, Luca parte troppo veloce, ma dopo 4km non ce la fa più, quindi dobbiamo camminare. Recuperate le forze riprendiamo a corricchiare con fatica, ma Luca

ormai è stanco e nervoso. Verso la fine della corsa, un ragazzo che conosco ci sorpassa e mi saluta. Questo fatto turba molto Luca, che ha una reazione dura e al termine della gara se ne va molto arrabbiato.

Il pomeriggio stesso mi scrive un messaggio, scusandosi per il suo comportamento e dicendomi che lui è geloso di tutti.

Decido allora di confrontarmi con Martina, potrei non essere la persona giusta per Luca, anche perché è la prima volta che ha una guida femmina. Martina mi spiega cosa vuol dire per Luca essere geloso. Probabilmente è un disagio che lui prova in quel momento e si arrabbia perché non è in grado di gestirlo. Teme che le altre persone possano intromettersi in quel momento che stiamo vivendo insieme e rovinarcelo.

Inizio allora a pensare, da una parte come gestire la parte sportiva, e dall'altra come evitare di portarlo ad avere reazioni che lo facciano stare male.

Per dare una velocità costante alla corsa penso che, forse, sia meglio correre uniti con un cordino. Io ho già usato il cordino nelle occasioni in cui ho fatto da guida ad atleti non vedenti e, magari, questa soluzione potrebbe esserci utile per evitare partenze a razzo e gestire meglio le gare. Luca accetta benissimo il cordino, ci permette di avere lo stesso passo e riesco a dargli regolarità senza che lui parta troppo veloce.

Il cordino ci unisce, il cordino stabilisce un legame tra di noi.

Insieme a Francesco scegliamo una tabella che possa andare bene per la preparazione della maratona. Per rendere partecipe e consapevole Luca, la disegno su una tela, suddivisa in caselle colorate in modo diverso in riferimento ai tre allenamenti settimanali, il martedì, il giovedì e la domenica. Alla fine di ogni allenamento Luca deve mettere un chiodino nella sua casellina come segno di un obiettivo raggiunto.

E' già settembre, mancano 13 settimane al grande evento...iniziamo il nostro lavoro! Vista la poca simpatia di Luca per la pista, ci alleniamo per la maggior parte delle volte sull'argine del fiume Mella. Ci permette di correre senza essere nel traffico, e riusciamo a inserire dei lavori per variare l'allenamento e i lunghi della domenica.

Negli allenamenti io aspetto Luca a casa mia; viene con la sua mamma, ma entra in casa da solo. È sempre molto serio appena arrivato, appoggia le sue cose, cambia gli occhiali, prepariamo insieme lo zainetto, (è molto ordinato con le sue cose)

prendiamo il cordino e prima di uscire gli dico: "omino un bell' abbraccio!" "sì zia" e così inizia il nostro allenamento.

Durante la corsa parla molto, gli piacciono i bambini e i cani; spesso fa una cosa bellissima: mentre non me l'aspetto si avvicina e mi dà un bacio sulla guancia. In un attimo la mia testa si libera da tutti i pensieri della giornata e mi godo un momento bellissimo regalato dalla dolcezza, dalla spontaneità, dalla semplicità di Luca.

A fine settembre la prima trasferta con altri ragazzi Special. Andiamo a Bergamo per un lungo di 19 km in occasione di un evento Special Olympics organizzato all'interno della StraBergamo.

Partiamo da soli con la mia macchina; quando arriviamo ci uniamo agli altri e giriamo sempre con il cordino, anche quando non stiamo correndo. La giornata è piacevole e ci divertiamo.

È la prima volta che proviamo una distanza più impegnativa insieme, quindi ci fermiamo durante la corsa per misurare la glicemia. Questa è una delle cose che io non conosco e che devo imparare, ma Luca è molto autonomo ed è orgoglioso di potermi insegnare lui.

Al termine della gara veniamo premiati, le persone ci applaudono, ma a Luca disturba stare al centro dell'attenzione di così tanta gente e si arrabbia; cerco di tenerlo tranquillo, poi torniamo a casa insieme con la mia auto, nonostante gli altri ragazzi si fermino a pranzo.

Poco più tardi mi scrive un messaggio spiegando che il casino a lui dà fastidio. "Hai ragione Luca, la confusione è fastidiosa. Quando tu senti fastidio stai vicino a me o alla persona a cui sei insieme e pian piano ti allontani senza arrabbiarti."

A metà ottobre la tabella prevede il primo lunghissimo di 32 km e con Martina decidiamo di provare a partecipare alla Maratona di Parma, dove è inserita anche la nostra distanza come gara a se stante. Ci sono anche altri amici che parteciperanno alla Maratona di Valencia, ma anche in questa occasione io e Luca preferiamo partire da soli con la mia macchina in modo che si senta più tranquillo. Ascoltiamo musica e cantiamo per tutto il viaggio.

Luca vive bene la giornata, ma, purtroppo, verso la fine sta male e vomita un paio di volte, probabilmente a causa di una barretta presa prima di partire e che non ha digerito. Terminiamo comunque i 32 km in 4 ore. Al termine della gara ci sistemiamo e preferiamo tornare a casa senza fermarci con gli altri, visto anche il malessere di Luca.

Abbiamo imparato che le barrette Luca non le deve mangiare prima delle gare...

15 giorni dopo, ci aspetta il secondo lungo da 32 km. Luca ha gestito in modo diverso l'alimentazione e non ha problemi di stomaco. Impieghiamo addirittura 16 minuti in meno rispetto alla gara di Parma e, a parte la stanchezza, sta decisamente bene.

Gli allenamenti settimanali proseguono tranquilli, cerchiamo distrazioni per vivere meglio la fatica, come, ad esempio, il gioco della macchina gialla: il primo che ne vede una deve dire "gialla" e vince chi ne vede di più.... Luca mi batte alla grande. Il tempo passa velocemente e in men che non si dica è già ora di preparare le valigie per Valencia. L'ultima settimana facciamo giusto un po' di scarico, quel che è fatto, è fatto.

Lui è sereno e motivato, io agitatissima, ma carica a mille. Siamo pronti per partire! In questi mesi ho notato progressi differenti in Luca. Ci siamo venuti incontro reciprocamente per trovare le soluzioni migliori per vivere bene fisicamente l'impegno e gestire al meglio le difficoltà emotive di Luca. Il nostro rapporto è cambiato tanto, sia livello sportivo, che affettivo.

Valencia è uno spettacolo e si respira Running in ogni angolo.

La sera prima della gara Luca dorme in appartamento insieme a me in modo da partire da soli la domenica mattina. Luca è molto coccoloso!

Arriviamo alla partenza e ci troviamo con tutti gli altri ragazzi del nostro gruppo; ci abbracciamo, ci salutiamo, facciamo fotografie. Ci sono 38.000 persone, quindi tanta confusione, ma Luca è bravissimo! Anche lui è coinvolto nella festa e nelle emozioni. Partecipa alle foto, scherza con gli altri. Vittoria! E che vittoria!

Ma siamo qui anche per correre una maratona e più si avvicina il momento più le mie emozioni cambiano.

Non ho mai fatto una maratona, quindi la mia tensione è molto alta per tutto. E se non riuscissi io ad arrivare in fondo? e se non ci fossimo preparati abbastanza? Basta domande!

Non c'è tempo, inizia il nostro viaggio lungo Quarantaduemilacentonovantacinquemetri.

Il percorso è bellissimo, il clima è perfetto, stiamo vivendo davvero una festa.

Indossiamo magliette preparate per l'occasione con i nostri nomi ed abbiamo i brividi per l'emozione ogni volta che la gente ci chiama e ci applaude.

L' uccellino e la macchina gialla sono presenti anche durante la maratona. Penso possa essere un buon segno perché Luca sta vivendo la gara come facevamo in allenamento, quindi è tranquillo.

Ci fermiamo ai ristori per controllare la glicemia e per bere, tutto procede bene. Al 32° km siamo addirittura mezz'ora in meno rispetto a Parma (!!!).

Dopo qualche km, però, inizia ad essere stanco. Ha problemi di pancia e ci dobbiamo fermare ai bagni più volte. Gli ultimi 6km per Luca sono una sofferenza; è infastidito da tutto, anche dal tifo del pubblico che non ci lascerà fino alla fine, ma non molla!

Cerco di sostenerlo moralmente, manca poco al traguardo. Un traguardo frutto di quattro mesi di allenamenti e di amicizia.

Penso che lì c'è Martina, la mamma di Luca, che lo aspetta in febbrile attesa orgogliosa di ogni suo passo.

Penso alle mie bambine, che sono lì anche loro e vedono per la prima volta la loro mamma tagliare un traguardo sportivo così importante. Il cuore mi batte forte. Sono felice.

Mano nella mano, dopo 5 ore abbiamo tagliato il traguardo.

Grande, grandissima vittoria! Non trovo le parole adatte per spiegare quello che sento dentro di me.

Ho vissuto il mio sport preferito, in un'ottica completamente diversa, dove non importa quanto sei forte, importa solo quanto è bello dividerlo con una persona che chiede solo di far parte di questo mondo come chiunque altro.

Per questo penso che io e Luca oggi abbiamo vinto tanto.

Sono ancora carica di emozioni, emozioni che resteranno dentro di me per sempre.

Mi sento molto fortunata ad aver conosciuto questo mondo speciale e da mamma provo una profonda ammirazione per questi genitori che ogni giorno cercano di far vivere ai loro ragazzi una vita il più normale possibile permettendogli di avere esperienze così grandi.

Grazie a Francesco che ha pensato a me come guida e infinitamente grazie a Martina per avermi permesso di fare questa esperienza con Luca, fidandosi ciecamente di me e affidandomi suo figlio per un percorso così importante.

Alla prossima corsa....di vita....

Elena



