

3/06 ILY E LA 24H IDRO

**24H**  
ORE  
LAGO D'IDRO  
MOUNTAIN BIKE

*'..e domani domani, domani lo so che si passa il confine e di nuovo la vita sempre fatta per me e ricomincia domani ...'*



Sono trascorsi più di due giorni dal termine della 24h di Idro ed io solo ora mi siedo davanti al mio computer in questa calda serata. E' molto tardi ma sento che è il 'momento giusto', credo di aver recuperato bene le energie e quell'equilibrio psico- fisico così duramente messo alla prova dopo questa mia ultima 24h al punto giusto da potervela ora raccontare serenamente.

Quest'anno ero molto incuriosita dal nuovo percorso avendo 'misurato' per ben 96 giri quello precedente e fiduciosa che avrei trovato in questa edizione un percorso da mtb e non uno da 'stradista'. Il mi pensiero si è rivelato tale; venerdì sera, dopo averlo provato in compagnia del mio compagno e delle sue splendide bimbe Giulia e Marghy , ho potuto constatare che era per buona parte in sterrato, con una salita abbastanza impegnativa , discese tecniche e veloci, tratti di single track in salita...l'unica mia preoccupazione era data solamente dal percorso molto stretto in diversi punti e dai problemi che inevitabilmente ci sarebbero stati trà noi solitari ed i componenti delle squadre vista la quasi impossibilità di effettuare dei sorpassi. Beh!..non proprio l'unica ..

La mia preoccupazione più grande in realtà era se ce l'avrei mai fatta, ad una sola settimana di distanza dalla 24h di Finale , ad affrontarne nuovamente un'altra (ricordate?!la scorsa settimana vi avevo lasciato proprio con questo quesito ...). Certo , durante la settimana avevo cercato di fare un buon recupero, un massaggio, due uscite su strada per far girare le gambe, una discreta alimentazione...ma in quanto al sonno e al riposo vero e proprio il mio lavoro e la mia piccola non avevano contribuito un granché; ma si sa , lo sport resta pur sempre un hobby e tale deve rimanere , almeno per me. Raggiungiamo il nostro carinissimo B&B dove ci riservano delle camere in una bellissima mansarda, (..ed io che ci abito mi sento da subito a casa mia!), sistemiamo velocemente le nostre cose, il tempo di una doccetta veloce e torniamo nuovamente nel 'cuore' della manifestazione.

Gli organizzatori gentilmente ci offrono la cena , in un attimo apparecchiano una bella tavolata, ci servono pasta al tonno , formaggi ed affettati nostrani accompagnati dal loro vino, davvero molto ospitali! Di lì a poco inizia lo spettacolo Zelig ; mi assento un attimo per un buon gelato e quattro passi in paese (anche se c'era una bella arietta fresca!) e ritorno poi per concludere la mia serata in maniera festosa e del tutto rilassata. Così come sarà il mi risveglio la mattina seguente, con una bella colazione in completo relax, prima di raggiungere il nostro appostamento ed iniziare i preparativi per questa mia nuova 'avventura'.



Scopro con piacere che trà le donne solitarie iscritte c'è anche Margherita, 'vecchia quercia' nel mondo dell'endurance, conosciuta da poco ma con la quale abbiamo già instaurato un bel rapporto di amicizia e stima reciproca. La trovo in gran forma e non nascondo che dentro di me abbia da subito pensato proprio a lei come ad una probabile vincitrice (e così sarà, una vittoria meritatissima!), rivedo con piacere Anna sempre positiva e la mitica Ausilia, i miei amici naturaider trà cui Silvio Duchi che mi omaggia di uno splendido cestino di ciliegie e tante altri biker salutati a Cremona. Le 12.00 arrivano velocemente ed io, per la prima volta quest'anno in griglia affiancata dal mio compagno Silvio che si è iscritto anche lui per fare un po di allenamento, inizio la mia fatica....

Le prime dieci ore in realtà vanno abbastanza bene, non riesco a tenere il ritmo di Margherita ma sono comunque nel suo stesso giro e le gambe girano bene anche se non posso certo dire di avere la 'brillantezza' di una settimana prima a Finale... Mi alimento e mi idrato bene grazie a Silvio ed alle bimbe che non mancano mai un giro dall'esser presenti con un panino, della frutta o dei dolci ed una borraccia; sono serena e tranquilla e mi mentalmente mi appresto ad affrontare la notte che di lì a poco sarebbe arrivata. Non sapevo però che con lei questa volta sarebbe arrivata anche una crisi che mi avrebbe accompagnata per il resto della mia gara. Forse era giusto così, forse avevo chiesto troppo al mio fisico, forse me lo dovevo aspettare...forse.

Ma il punto è che quando la si vive si stà veramente male, le gambe non vanno avanti più e la testa con loro, tutto perde significato, ci si chiede a cosa serva fare tanta fatica, il perchè di tanta 'sofferenza' e di tanti sacrifici...io ho 'persino' piantato sulla mia bici perchè mi mancava tantissimo la mia piccola Rebecca ed avrei voluto tanto che fosse lì con me per stringerla forte e per avere un suo sorriso. Silvio che mi conosce più di quanto forse io conosca me stessa, vedendomi in quelle condizioni, mi dice che è inutile proseguire, che ho già fatto tanto e che la mia gara può anche finire lì, che va benissimo così.. Io entro in tenda e con la testa trà le mani mi interrogo su cosa sia meglio fare..proseguire tentando comunque di reagire con il rischio di peggiorare ancora di più le cose (come in Sicilia l'anno scorso..) o fermarmi, farmi una bella dormita senza inutili sensi di colpa e paranoie.

Ci resto per altri venti minuti e poi dico a me stessa che devo riprovarci, sarebbe ancor peggio avere il rimorso la mattina seguente di non aver tentato 'il tutto per tutto'. Sì, perchè per me in realtà, come ho confidato più tardi a Matteo Ciaghi che mi ha accompagnata più volte in salita a piedi durante questa lunga notte, se ne fossi 'venuta fuori', ne sarei uscita più forte, altrimenti avrei chiuso con la Cup, almeno per un po' di tempo. Lui con il suo sorriso mi ha ascoltato e rasserenato...Grazie!.. Concludo ancora diversi giri, ci metto davvero tanto, ma posso camminare in salita anche se in bici proprio non ci riesco, in discesa ritrovo ancora una discreta lucidità e nei tratti in pianura mantengo una pedalata molto agile, Anna Mei da buona amica mi fa compagnia per quasi tutta la notte ed anche il giorno successivo, chiacchierando ammiriamo insieme l'arrivo dell'alba sul lago ed è un vero spettacolo.

Silvio nel frattempo decide di riposare un po', intorno alle quattro, ed io per la prima volta sono felice di 'non vederlo' li infreddolito ad ogni giro ad aspettarmi anche se non nascondo che il rivederlo poi alle 6.30 con un bel caffè caldo mi riempie di gioia. E' Antonio, il compagno di Anna si prende 'cura di noi ' ne frattempo e mi offre dei buonissimi biscotti allo zenzero di cui ancora adesso riesco a sentirne il gusto, l'unica cosa che il realtà riesco a mangiare. La mia 'sofferenza' continua ma al sopraggiungere della mattina viene in parte placata dal sostegno degli amici più cari (un grazie particolare a Limoncino per il tifo !), dai miei compagni di squadra ,da tanti biker sul percorso, dalle bimbe ma soprattutto dalle compagne biker.. Ausilia, Margherita, Anna, Maddalena, dicono che le donne sono sempre in competizione frà loro ed invidiose l'un l'altra; sarà ,ma a Idro a me non è sembrato proprio così.

Porterò nel cuore l'immagine di noi tutte che percorriamo insieme gli ultimi giri impolverate, provate ma sorridenti e gioiose, che facciamo colazione con una buona briosche offerta da Alessandro e ci rifocilliamo con un panino alla mortadella preparato da Limoncino, che ci scambiamo le nostre impressioni sulla gara, dopo che per un'intera giornata ci siamo date 'battaglia', sono queste le cose che mi fanno amare ancor di più questo sport. E' bello saper gioire delle cose semplici della vita. Vi lascio con questo pensiero che sento particolarmente 'mio' : '...le corde che sono sempre tese finiscono per perdere l'accordatura , i cavalli che seguitano a saltare gli ostacoli finiscono per spezzarsi una gamba così come gli archi che sono curvati tutti i giorni non scagliano più le frecce con la stessa forza ' e mi prendo un bel periodo di riposo così da tornare in Val D'Orcia di nuovo in forma.

Spero tanto di vedervi il 14 giugno alla sei ore di Arenzano !!!Venite numerosi sarà una bella festa.

Un abbraccio Ily

Foto by Matteo Ciaghi

Articolo pubblicato su [www.pianetamountainbike.it](http://www.pianetamountainbike.it)