



PRONTI, ATTENTI, ...VIA!

a cura di
PIETRO TONDI

SIAMO SEMPRE AD INSEGUIRE IL TEMPO, OGNI GIORNO, A CORRERE DIETRO I NOSTRI IMPEGNI, A CERCARE DI SPINTARE AL SEMAFORO O DI SFUGGIRE ALLE FILE E ALLE CODE... SARÀ FORSE PER QUESTO CHE STIAMO RISCOPRENDO IL GUSTO DI CORRERE?! OPPURE PERCHÈ È L'UNICO SPORT CHE NON NECESSITA DI ATTREZZATURE SPECIFICHE ED, IN FONDO, SI PUÒ CORRERE ANCHE USANDO LE BRACCIA. CHE SI DURI SOLO DIECI MINUTI O SI RESISTA PER CENTO CHILOMETRI, CORRERE FA BENE, AIUTA A RISCOPRIRE IL SENSO DELLA FATICA E DEL LIMITE, A RISCOPRIRE IL CONTATTO CON LA NATURA E AD AVER SETE DI ARIA PURA E ACQUA FRESCA.



photo: Firenze Marathon



Difficile dire quanti siano quelli che corrono per davvero, quelli che alternano il passo veloce alla camminata e quelli che vogliono poi dire "io c'ero", fatto sta che ogni settimana sono decine le corse in programma nella nostra regione, dalle gare per professionisti a quelle che mettono in palio un prosciutto. Ma l'importante è partecipare perchè correre fa bene, alle gambe e al cuore ma anche per ritrovare un momento di spensierata socialità, per passare un po' di tempo nel verde, respirare a pieni polmoni.

Tantissime le corse in programma pubblicizzate sul web. Un calendario è consultabile online al sito <http://www.calendariopodismo.it> e cercando quelle della nostra regione, scopriamo che sono 158 quelle che si corrono annualmente lungo le strade della Toscana ma se si va su <http://www.calendariopodismo.com> si ha il sospetto che siano molte di più!

Ovviamente è riduttivo chiamarle gare o corse, ognuna ha il suo appellativo: dalla Scarpinata Novembrina di Cafaggio alle tante Passeggiate nel verde, anche se poi sono lunghe quindici chilometri come nel caso della Piegajo-Pescaglia in provincia di Lucca; dalle corse notturne, vedasi il caso della 'Lamporecchio di Notte' dove si promettono otto chilometri e mezzo ben illuminati (!), alle maratone dai nomi più impensabili, all'Ellera si corre da trentasei anni quella del 'Vitello d'Oro'.

Ci sono poi le corse per 'addetti ai lavori' come la storica 'sgambata dei mobiliari' a Ponsacco, le corse per valli e per monti, quelle abbinate alle sagre, alle castagnate e farinate, quelle solo per bambini e quelle per gli Over. Sotto a chi tocca.

Da non dimenticare chi corre, marcia e cammina per solidarietà, una fatica solidale come quella che va in scena da 19 anni tra Vangile e Massa e Cozzile nel pistoiese anche se in questo contesto spicca 'Corri la Vita', manifestazione nata nel 2003 a Firenze per correre a favore della ricerca e delle tante associazioni che operano nella lotta contro i tumori.

E infine c'è la fatica vera, quella delle maratone (Firenze e Pisa su tutte), delle corse in montagna e, tra queste, la 'Cento Chilometri del Passatore' da Firenze a Faenza. Si corre dal 1973 nell'ultimo sabato di maggio ed è intitolata al 'Passatore', popolare figura del folklore romagnolo, così decisero qualche anno prima gli ideatori, Ateo Dolcini, Paolo Babini, Pietro Crementi, Primo Solaroli e Francesco Calderoni che, su suggerimento dell'Ente Vini di Romagna tracciarono un percorso che univa la terra del Sangiovese a quella del Chianti.

Sarà per questo, sarà perchè la distanza è proibitiva ma effettivamente il folklore (e il vino più dell'acqua) la fanno da padrone no-

READY, SET ...GO!

We are getting used to chase after some more time, every day, to run after our responsibilities, trying to avoid this or that traffic jam...

Could this be the reason why we are discovering the pleasure of running? Or is it perhaps because it does not need any specific tool?

It does not matter if it is a 10 minutes run or one hundred miles, running is a healthy and rewarding habit, helping us understanding our limits and our relationship with the environment.

It is not easy to measure the number of runners, but the quantity of weekly running competitions in our Region is surprising: be it a professional or an amateur race, what counts is running. Not only for your health and fitness but it is good also for a lighthearted social occasion or just for being in touch with the nature.

The calendar is available at www.calendariopodismo.it. Every race has its own "personality": from the November Trek in Cafaggio to night races or to the bizarre "Vitello d'Oro" (Golden Veal) race in Ellera, and even to those organised especially for children or elderly people.

Come forward and run! However, we should not forget those running for good causes: "Corri la Vita" is a race, founded in 2003 in Florence, to support research and associations in the fight against tumors. Last but not least, the endurance races: the marathons in Florence and in Pisa or the Cento chilometri del Passatore from Florence to Faenza.

The latter is run on the last Saturday of May since 1973 and is entitled after the Passatore, a popular folk character in Romagna. The race travels the countryside of the two regions linking the lands of the Sangiovese with those of the Chianti and is attended by internationally renowned professional athletes, such as Giorgio Calcaterra and Monica Carlin.

In questa pagina il primo piano di Giorgio Calcaterra e, subito sotto, quello di Monica Carlin. Nella pagina a fianco la partenza di una edizione di 'Corri la vita'.

nostante la gara sia palcoscenico su cui si cimentano atleti veri e di fama internazionale. Ovviamente loro fanno gara a sé: Giorgio Calcaterra detiene il record con un tempo di poco superiore alle sei ore e 25 minuti, Monica Carlin è in testa tra le donne con sette ore e 35 minuti. I più si cimentano per il gusto della sfida spesso accompagnati da amici pronti a sorreggerli e confortarli lungo le tante salite del percorso.



Dalla 'A' di Aldo, Giovanni e Giacomo alla 'Z' di Zuccherò, sono tantissimi i testimonial di "Corri la Vita", un progetto che dura un anno intero e coinvolge migliaia di persone.

Organizzata in collaborazione con la Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori sezione di Firenze, la manifestazione intende contribuire a realizzare e a qualificare le strutture sanitarie pubbliche di Firenze specializzate nella lotta contro il tumore al seno. I fondi raccolti da CORRI LA VITA 2013 sono stati interamente destinati alla LILT Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori Firenze per il sostegno al Ce.Ri.On. Centro Riabilitazione Oncologica, a FILE Fondazione Italiana di Leniterapia che opera nel settore delle cure palliative, al "The Vito Distante Project in Breast Cancer Clinical Research" e a 'SenoNetwork Italia' Onlus.

