

## Sul Reixa con la Mare e Monti

Qualche migliaio di partecipanti sui vari percorsi della Mare e Monti, 700 quest'anno su quello della seconda domenica di settembre sul Reixa. Tante anime diverse che si sono ritrovate a salire insieme dal mare alla cima.

La mia Mare e Monti è stata una sfida con me stessa, diciamo pure una sfida sportiva. Potete sorridere, se vi va. Alla mia età, 64 tra poco 65, viene da ridere anche a me. Eppure diciamo che l'ho presa maledettamente sul serio. Intanto avevo dei riferimenti - i tempi degli anni passati – ma il percorso di quest'anno mi ha spiazzato per la sua lunghezza e ha fatto sballare risultati. E poi c'era mio figlio, neofita della Mare e Monti, fermamente intenzionato ad andare piano e il suo piano è il mio massimo.

Chissà perché la fatica mi dà soddisfazione. Magari dopo, quando è finita. Durante un po' meno. Certo ho visto poco il paesaggio. Ma per questo sono scusata. Sul Reixa sono salita mille volte, questi monti che nascono dal mare li conosco benissimo. Per una volta posso permettermi di non soffermare lo sguardo sul panorama.

Alle 7 di domenica 12 settembre sono in coda per la punzonatura della partenza. Gente col cane, con lo zaino e le pedule, in scarpette e calzoncini, mamme con i bambini, soldati in divisa, italiani olandesi tedeschi spagnoli. Le varie anime di cui vi parlavo.

Se qualcuno pensa che si tratti di una gara si sbaglia. Le punzonature servono soltanto per documentare i passaggi e garantire all'organizzazione che chi è partito è anche tornato, possibilmente sano e salvo. Ognuno può partire quando vuole e arrivare quando può, non vengono stilate classifiche.

Eppure ...

Al segnale del via mi sono messa a correre. Da Arenzano a Vesima è strada asfaltata e non ci sono salite, devo approfittarne. Una piccola digressione ci vuole. Patisco terribilmente la corsa, vado subito in debito di ossigeno, mi vengono le gambe molli. Preferisco mille volte la salita ripida, ancor meglio su terreno accidentato, perché lì anche chi corre è costretto a rallentare. In pianura invece ... mi passano accanto come razzi.

Mio figlio mi guarda perplesso, ha un attimo di esitazione, si guarda intorno e corre anche lui. Non l'ho più visto, la sua è stata una Mare e Monti in perfetta solitudine, l'ho ritrovato all'arrivo dove mi ha aspettato per ben due ore.

Mi sono messa a correre, dicevo, per quanto il mio fiato me lo ha permesso e cioè al rallentatore. Le onde scivolano dolcemente sulla spiaggia, Vesima si avvicina. Arriva Crevari, arrivano le ultime case di Campenave dove inizia il sentiero con la X rossa. Salgo veloce, busto un po' avanti, ritmo costante che cerco di mantenere per tutto il percorso. Intorno a me una processione di sorpassi che mi spinge a poco a poco sempre più indietro nella classifica virtuale che con la mente cerco di formulare. Fino al monte Tardia mi hanno superato solo uomini, giovani e meno giovani ma baldi e forti. Sarà perché le donne sono meno numerose, sarà perché se la sono presa comoda e sono partite più tardi. Al Tardia però mi sorpassa una ragazza e nella discesa verso il passo della Gava altre donne sconvolgono la classifica rosa che sto sognando. Qualcuna mi guarda e mi fa i complimenti. Brutto segno, segno che hanno notato le rughe e la tinta che copre i capelli bianchi. Scendo correndo fino al passo.

Alla Gava, crocevia di più percorsi, c'è una grossa postazione con tende e cucine per preparare i pentoloni del the caldo e addirittura la pastasciutta col pesto. Capitolo a parte meriterebbero questi punti di ristoro, vere e proprie mete per molti partecipanti. Io però non ho tempo – non ridete, l'orologio non fa sconti – e ogni volta bevo di un fiato un bicchiere d'acqua. Ho la bocca asciutta e fa caldo.

Affronto l'ultimo ripido pendio che porta sul Reixa, è un tratto lungo e faticoso e la vetta è ancora lontana. La processione di sorpassi continua. Squilla il telefonino. E' mio marito che, poverino, quest'anno non ha potuto partecipare. *“Dove sei?” “A metà tra la Gava e il crinale” “Ancora?”*. Bella consolazione! Con la fatica che ho fatto per rispondere ...

Finalmente la vetta. L'ultimo tratto erboso è stato falciato e l'erba forma tante strisce regolari. La Madonnina, la piccola croce e il minuscolo presepe che posso solo indovinare. Un addetto all'organizzazione è seduto e dall'alto della sua postazione controlla le decine e decine di puntini che salgono. Oggi è fortunato. La nebbia non avvolge la cima né il vento la spazza. C'è caldo. Scendo saltellando tra i sassi lungo l'Alta Via che mi porta al Faiallo e qui saluto con gioia mio marito e un gruppetto di amici. Un bicchiere e un pezzetto di pane e marmellata presi al volo al posto di ristoro e li lascio con un palmo di naso, incapaci di comprendere la mia fretta. E poi giù, sul sentiero con i due pallini rossi che scende alla Gava, alla Gavetta e a Pian del Curlo, saltellando tra i sassi ma facendo attenzione a non cadere. Non oso pensare a quello che succederebbe se cadessi. Ho la bocca impastata e non riesco a buttare giù il pane con la marmellata, lo faccio volare tra i sassi sperando di fare cosa gradita a qualche animale affamato.

Sono stanca e quando a Pian del Curlo i segni mi portano a sinistra verso un sentiero che corre a mezzacosta e fa un lungo lunghissimo giro prima di scendere verso il Santuario del Bambin di Praga guardo con desiderio Arenzano che sembra lì sotto. Mi trascino invece sul sentiero infuocato. Ho sete e le gambe si rifiutano di correre. L'orologio è implacabile.

Che dire dell'arrivo? Arenzano è in festa, i vicoli pieni di gente, mio figlio mi aspetta al Santuario e non mi vede, le bandierine appese dappertutto, l'ultima punzonatura e l'addetto mi squadra e commenta "Però". Come dire che alla mia età ... Mangio tre pezzi di focaccia e uno di pizza, bevo uno due tre bicchieri. Mi siedo su una panchina e poi non riesco ad alzarmi. Mi vengono i crampi.

Che soddisfazione! Che piacere!

13 settembre 2009