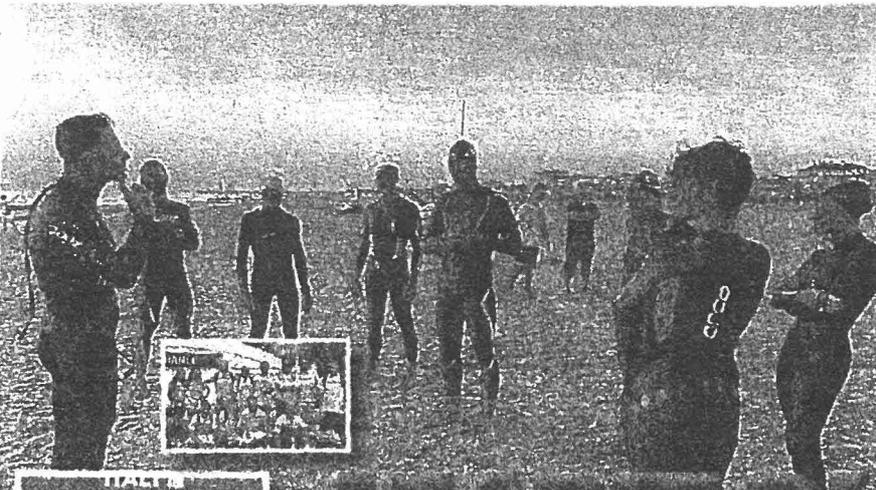


TRIATHLON | Intervista a Matteo Tarroni, uno dei fondatori dell'associazione protagonista nel weekend più atteso

Cerviaman, sudore e beneficenza: «Sport e sociale la nostra missione»



Giunta alla quinta edizione, l'Ironman Italy Emilia-Romagna torna a colorare la città di Cervia per quello che si conferma vero e proprio evento planetario capace di richiamare triatleti da tutto il mondo. La kermesse si è aperta giovedì con la consueta Night Run, una corsa non competitiva di 5 km, il perfetto preludio al weekend di competizioni ufficiali. Si entra così nel fine settimana con il primo appuntamento al sabato per la gara più lunga e faticosa: l'Ironman (3,86 km di nuoto, 180,260 km in bicicletta e 42,195 km di corsa). Partenza scaglionata - ad intervalli di 20 minuti - alle ore 7 con cut off (limite) per ogni disciplina ed il tetto massimo di 16 ore da rispettare ad ogni costo. Chiude l'evento la ricca giornata di domenica con ben due competizioni in programma: l'Ironman 70.3 - o half Ironman viste le distanze dimezzate rispetto alla gara del sabato (1,9 km di nuoto, 90 km in bici e una mezza maratona) - che scatterà alle 12 e il 5150 (1,5 km di nuoto, 40 km di bici e 10 km di corsa) che invece prenderà il via alle 13.30.



STORIE DI IRONMAN

servizi a cura di Luca Alberto Montanari e Tomaso Palli

DA FAENZA ALLA RIVIERA

Grillini, dal consiglio comunale alla gara più dispendiosa: «Ho due costole rotte e odio il nuoto, ma sono ancora qua»

Alessio Grillini, consigliere comunale per Italia Viva nel Comune di Faenza, è uno dei tanti che prenderà parte all'Ironman di Cervia. Ammaccato per colpa di un problema alle costole, sarà agguerrito al via di sabato mattina.

Grillini, come si prepara una gara massacrante come l'Ironman?

«Dipende dalle aspettative e dagli obiettivi che un atleta si dà. Se lo vuoi finire, indipendentemente dal tempo e dal risultato, la preparazione può essere anche più blanda. Me se lo vuoi fare bene, provavo a lottare con il cronometro e la classifica. La preparazione di un Ironman diventa una scelta di vita. Io mi alleno tutto l'anno, con metodo e preparazione rigorosa, spesso due volte al giorno incastrando le sedute in orari impossibili: all'alba in pausa pranzo, la sera, di notte, quando riesci. In questo modo affronti la vita in modo diverso».

Qual è la difficoltà più grande?

«Non tanto la gara, ma soprattutto la preparazione. Dico sempre che il vero Ironman non è quello che la corre, ma colui che la prepara al meglio. Anche saltare una o due sedute non è funzionale».

Da quanto si allena con l'Ironman di Cervia?

«Ho saltato il primo, poi ho sempre partecipa-

to. Questa passione è cominciata come una scommessa, nato che venivo dal podismo e dalle maratone, e al debutto ho affrontato la gara come se fosse un gioco, mangiando più di 12 ore. Iniziai a imparare a nuotare in estate e comprai la bicicletta a luglio, quindi due mesi prima. Tra l'altro iniziai una bici da corsa normale e non da cronometro. Da quel giorno mi sono innamorato e l'ho fatto anche all'estero. Quest'anno ho partecipato ai Mondiali e magari sono arrivato tra i primi 400 (su quasi 4.000 iscritti, ndr) pur avendo avuto il Covid poche settimane prima».

Che tipo di molla è scattata dopo il suo debutto a Cervia? Quanto tempo ha impiegato per appassionarsi?

«È subito diventata una sfida con me stesso, perché ho visto che avevo margine. E finì a quando lo avrò, proverò a vedere dove posso arrivare. Lo scoprirò ogni volta, provando sempre a migliorare, mi ha dato energia. I miglioramenti sono la prima benzina. Devo dire che questa disciplina e questa preparazione ti portano a vivere in modo diverso».

In che senso?

«Tu sai che diventa una parte della tua vita, il benessere, l'alimentazione, dormire con rego-

larity, non fare stivali. Vivere sono diventate una dipendenza. Oggi se mi mangia un piatto di cappellotti, poi aggiungo vino o gin-tonic, il giorno dopo mi sento ingolfato».

Cosa risponde a chi dice che è una vita "impossibile"?

«Sono sempre stato uno sportivo, ma fare l'Ironman è un'altra cosa. Capisci che non è una cosa così strana. Da fuori può sembrare una pazzia o un qualcosa di inaffabile. Non è così. Non c'è nulla di impossibile».

Saprebbe indicare la cosa più bella e la cosa più brutta di un Ironman?

«A questo faccio abbastanza schifo, perché ho imparato tardi. È il mio punto debole e quest'anno correrò con due costole rotte, perdendo l'assetto corretto. La cosa più bella è l'adrenalina del traguardo, il tappeto rosso dell'Ironman, il nome annunciato dallo speaker. Ecco, è un'emozione unica, indescrivibile».

Qual è il suo obiettivo per quest'anno?

«Inizialmente era di diventare uno dei migliori italiani, l'anno scorso ho impiegato 9 ore e 39 minuti e sono stato il quindicesimo. Quest'anno volevo migliorare, poi c'è stato questo inconveniente delle costole rotte. Parto agguerrito, ma gestire il dolore non so come sarà».

Che lo sport faccia bene è ormai un assioma giustamente ritenuto tale. Che però lo sport possa anche, e in questo caso soprattutto, aiutare a fare del bene non è di immediata compressione. Chi riesce ad unire i due mondi è Cerviaman, un'associazione sportiva cervese fondata da Matteo Tarroni e Roberto Bagnolini sulla spinta dell'Ironman che quest'anno, in Riviera, giunge alla sua quinta edizione. Nuoto, bicicletta e corsa uniti all'aspetto benefico che ha già portato ottimi risultati: «Non ci aspettavamo un riscontro così alto dalla comunità - spiega il portavoce Tarroni - e siamo ben oltre il nostro pensiero iniziale. Il messaggio è passato, era il nostro l'obiettivo ed è la nostra vera vittoria».

Tarroni, che cos'è Cerviaman?

«Siamo partiti come gruppo, insieme dal 2018, decidendo di rappresentare i colori cervesi all'evento Ironman nella nostra terra. A questo gruppo abbiamo legato una serie di eventi per raccogliere denaro da devolvere in beneficenza a ragazzi disabili e associazioni che li aiutano. Da quest'anno, però, siamo diventati una vera e propria squadra di triathlon affiliata alla Fitri (Federazione Italiana Triathlon, ndr) grazie anche al legame con la Polisportiva Saline Romagna».

Quanti iscritti contate?

«Da cinque, oggi contiamo un gruppo di oltre 40 persone. I soli tesserati Cerviaman sono 24/25 mentre i restanti appartengono ad altre società ma sposano il nostro progetto e seguono le nostre attività sul Comune di Cervia per cercare di diffondere il messaggio che portiamo».

Ecco quindi il sociale. Ma è partito tutto da lì?

«Il nostro obiettivo è sociale, di promozione e aggregazione: a noi piace riunire la comunità. Ma è tutto nato, casualmente, dall'Ironman del 2018. Dopo aver fatto nascere questo gruppo, in un secondo momento abbiamo pensato all'aspetto benefico e così, un passo dopo l'altro, siamo arrivati ad oggi con ottimi risultati».

Qui che si inserisce la giovane Azzurra?

«Quest'anno abbiamo deciso di legarci ad Azzurra e all'Airett (Associazione Italiana Sindrome di Rett, ndr). L'anno scorso abbiamo fatto lo stesso per Anita e l'Abc (Associazione Bambini Cri du chat, ndr). Mentre l'anno prima abbiamo svolto un'attività simile ma sul locale. Noi portiamo la nostra bandiera, quella di Cervia, e grazie a questo otteniamo sponsorizzazioni da persone o attività locali. L'intero ricavato, a cui si aggiunge il merchandising, va per la causa che sposiamo».

Pensiamo all'Ironman: cosa significa per un cervese?

«Quest'anno non ci sarà ma ho partecipato alle tre edizioni precedenti. Per spiegarlo devo fare un passo indietro, al 2017. Ho visto partire la gara e mi sono detto di dover partecipare anche io. Da lì è iniziata la mia avventura come triatleta e credo sia questo lo spirito che ha portato noi tutti a fare l'Ironman. E farlo a casa tua è solo un vantaggio, percepisci meno la fatica e la folla ti trascina all'arrivo».

Importante per la comunità?

«È così, per l'intera comunità cervese. Dobbiamo cercare di far crescere l'attaccamento del singolo cervese: più noi siamo coinvolti, più Ironman lo sarà e per più tempo rimarrà a Cervia. Più rimarrà qua, più l'impatto sul territorio aumenterà in senso positivo».

Ora l'aspetto sportivo: come si prepara un Ironman?

«Come ogni altra cosa perché credo che l'Ironman sia metafora della vita: tutti i giorni fai il tuo, passo dopo passo, con impegno e dedizione per arrivare al risultato. Lo devi fare ogni giorno, e

che quando hai la giornata no, devi sempre andare avanti. L'Ironman è questo. O meglio, io lo vivo così».

Lei non ci sarà. Ma quanti vostri rappresentati al via?

«Sabato (3,8 km di nuoto, 180 km di bici e 42,195 km di corsa) ce ne saranno quindici. A questi, altri che, come dicevo prima, sposano l'associazione ma non fanno parte della nostra società. E sono tutti uomini».

ndr) ne contiamo sei mentre nel 70.3 di domenica (1,9 km di nuoto, 90 km di bici e 21,097 km di corsa, ndr) ce ne saranno quindici. A questi, altri che, come dicevo prima, sposano l'associazione ma non fanno parte della nostra società. E sono tutti uomini».