

VERTICAL SPRINT 2011

Piano. Per fare tutti i piani si deve partire piano. Il gioco di parole è inevitabile, ma d'altronde la corsa di oggi è di quelle da classificare nel "famolo strano". Si può correre nel verde, in mezzo ai boschi o fra i campi, in montagna o in campagna. Si può correre in città su viali panoramici, strette stradine medievali, centri storici, su piste ciclabili ed aree pedonali. Ma c'è anche una terza possibilità. Si può correre praticamente sul posto, nello spazio di un isolato. Anche meno: in un'area di sei metri per tre, poco più grande del bagno di casa propria, non più bidimensionalmente (avanti, indietro, a destra, a sinistra) ma sfruttando finalmente quella terza dimensione, l'altezza, tanto cara alla geometria solida. Non stiamo parlando di una gara su strada in salita, ma di una insolita corsa podistica dentro un grattacielo, di corsa su per gli 866 scalini che separano il piano terra dal trentanovesimo.

La corsa è la "Verticalsprint" che si svolge ogni anno all'interno del grattacielo di Milano conosciuto come "Palazzo Lombardia", la costruzione più alta d'Italia. Trentanove piani, oltre centosessanta metri di altezza, tutto in verticale. Ed un percorso di gara che si snoda su una rampa di scale in uno spazio ristretto, fuori dal circuito quotidiano degli uffici, che pochi sanno esistere nonostante sia indispensabile per ragioni di sicurezza ma raramente utilizzato vista la presenza nel grattacielo di dieci ascensori.

Costruito nel 2007 e terminato tre anni dopo, Palazzo Lombardia, è stato preso d'assalto domenica 25 settembre da concorrenti che, 10 ogni cinque minuti, si sono dati battaglia piano dopo piano sulle strette rampe di scale. Io ero fra loro.

Centosessanta metri di altezza, molto meno di un giro di pista allo stadio. Ottocentosessantasei gradini, meno dei duemila che mi sono sciroppato i weekend precedenti in un rassicurante allenamento su e giù per gli scalini di Santa Maria di Leuca. Con questo falso senso di sicurezza, e contando quasi tutto sulla mia esile carriera podistica, mi sono presentato al via.

Ed ora sono in fila, in attesa del mio turno. I concorrenti attraversano ad intervalli regolari il tappetino elettronico segnatempo posto davanti all'ingresso delle scale. Sono in religioso silenzio e mi muovo passo passo mentre la fila dei concorrenti si allunga dietro di me. Penso all'impressione che mi ha fatto il grattacielo dall'esterno, a guardarlo dal basso verso l'alto. Svetta sulla città e mette quasi soggezione. Le ginocchia volevano scapparmi altrove, ma le ho tenute ben salde. I commenti di chi è in fila sono tutti uguali: partire senza fretta. Salire lentamente e magari accelerare nel finale, tra il trentacinquesimo e il trentanovesimo piano. Ah beh. Si parte dal piano terra. Sta a me, e io parto.

Mai fatti più di quattro piani a piedi in vita mia. A questo penso rantolando. Il problema è che come al solito si viene presi dall'euforia della novità e si fanno i gradini quattro a quattro. Sono partito mentalmente determinato ad andare piano, poi però mi sono lasciato prendere letteralmente la mano. Le ringhiere mi hanno traviato quasi subito. Due rampe e già stavo volando. Come mi sono accorto che con l'aiuto delle mani si poteva salire più rapidamente, infatti ho cominciato ad aggrapparmi e tirarmi su ad una velocità di crociera che mi ha addirittura permesso di superare tre concorrenti, quelli partiti insieme a me. Tutto questo movimento di braccia in alternanza (afferra la ringhiera, tirati su, lascia la ringhiera) richiama molto da vicino una gara di sci di fondo, ma è una euforia che dura poco se non siamo sufficientemente allenati.

Ventesimo piano, sono ormai cotto. Il respiro esce fischiando. Il petto, anche per l'aria viziata, sta letteralmente bruciando dall'affanno. Salgo i gradini ad uno ad uno, con lo sguardo basso. I tre concorrenti di prima mi hanno abbondantemente risuperato. C'è a malapena spazio per due persone sulle scale ed anche rallentare è un problema. Ogni due rampe c'è la porta che dà su un piano ed è solo in quello spazio angusto che ci si può fermare per riprendere fiato. Si riprendono le scale, tutte uguali, in cemento, con la ringhiera di metallo, il pianerottolo intermedio, le tubature con grandi valvole che si affacciano su ogni nuovo livello.

Ventiduesimo piano, sono tentato di fermarmi e chiamare il servizio medico (ce ne uno ogni sei piani). Non per me, sia bene inteso, ma per i concorrenti che adesso trovo appoggiati alle tubature, senza fiato negli anfratti delle porte, quasi ad ogni rampa. Sono piegati in due, il sudore che cola, il respiro affannoso. A dire il vero tutta la tromba delle scale è un enorme sospiro: si sente il fiatone di quelli sotto ed il fiatone di quelli sopra. La testa comincia un po' a girare: abbiamo praticamente fatto quarantaquattro curve a gomito a distanza di tre metri l'una dall'altra.

Trentesimo piano, l'aria comincia davvero a farsi pesante e non è possibile non farci caso. Mi chiedo se i partecipanti ad un'altra corsa simile, la "Kuala Lumpur International Towerthon" in Malesia, (2058 scalini) corrono in apnea. Sono a conoscenza di altre sei corse nei grattacieli: la "Washington Mutual Tower Stairclimb" a Seattle di 1120 scalini, la "Amp Tower run up" a Sydney in Australia di 1312 scalini, la "Cn Tower run up" a Toronto in Canada di 1776 scalini, la "Sky Tower Vertical Challenge" ad Auckland in Nuova Zelanda, la "Défi de La Tour de Montréal" a Montreal in Canada ed ovviamente la più famosa di tutte, la "Empire State Building run up" a New York di 1576 scalini.

Trentacinquesimo piano, i numeri continuano a crescere e le energie a diminuire. Non avrei mai pensato comunque di poter salire così tanto. Mi fermo quasi ad ogni rampa. Un ragazzino mi supera correndo (dico: correndo!). Ho letto che l'anno prima il campione in carica, Thomas Dold, tedesco, ha impiegato solo quattro minuti e sei secondi per arrivare in cima, che fa circa sei secondi a piano, che fa tre secondi per ogni rampa di scale. Io invece mi sto trascinando pensosamente (oh, ho già fatto più di trentacinque piani a piedi!) ad una velocità di un secondo, ma a gradino. E l'ambiente circostante non aiuta affatto. Si vedono sempre le solite cose: gli undici scalini in cemento, la ringhiera di metallo, il pianerottolo intermedio, le tubature con grandi valvole ed i podisti distrutti che negli anfratti delle porte d'uscita sembrano martiri nelle nicchie di una cattedrale. Non ci sono finestre. Si sale illuminati dalla luce innaturale delle lampade elettriche.

Adesso, a detta dei veterani di questa corsa, è il momento di spingere, di dare il tutto per tutto. Peccato che avessi già dato quello che potevo dare per arrivare al decimo piano: ora venticinque piani più su ho la forza, la resistenza e la volontà di un budino alla vaniglia. So che fra i concorrenti ce ne è uno di ottantatré anni: da lui non mi posso far superare, mi dico, poi penso che tutto sommato io sono un figlio dei miei tempi, nato e cresciuto negli ascensori e insomma, se va a finire che mi supera, pace. A me basta arrivare in cima. Credo che qualunque budino possa confermare.

È una emozione mista di stupore e sollievo quella che mi coglie in cima all'ultima rampa. C'è un nastro giallo, una porta aperta, un volontario che mi indica la via d'uscita da questo stretto tubo di cemento. Intravedo la luce del sole che si riflette sulle pareti del corridoio. Come sento il tappeto sotto i miei piedi, comincio a correre. Ma non si corre bene in un corridoio: nonostante la derivazione etimologica del termine, non è un percorso adatto ai podisti. Gli angoli sono troppo stretti, i muri troppo vicini. È dietro ad uno di questi angoli però uno striscione con scritto "ARRIVO" che occupa quasi tutta la terrazza. Dietro al traguardo, lo spettacolo naturale del trentanovesimo piano offre lo stesso stupendo spettacolo che si può godere da un aereo che sorvoli la zona: la città in fondo laggiù, i palazzi a toccata di mano, lo stadio e le gru che si stagliano sullo sfondo di Milano con le sontuose guglie del Duomo. La giornata è splendida e la vista... ah, la vista... vorrei dire un panorama da togliere il fiato ma di fiato non ce n'è più per nulla e per nessuno.

AD MAIORA DANIELE

