



LA PRIMA VOLTA

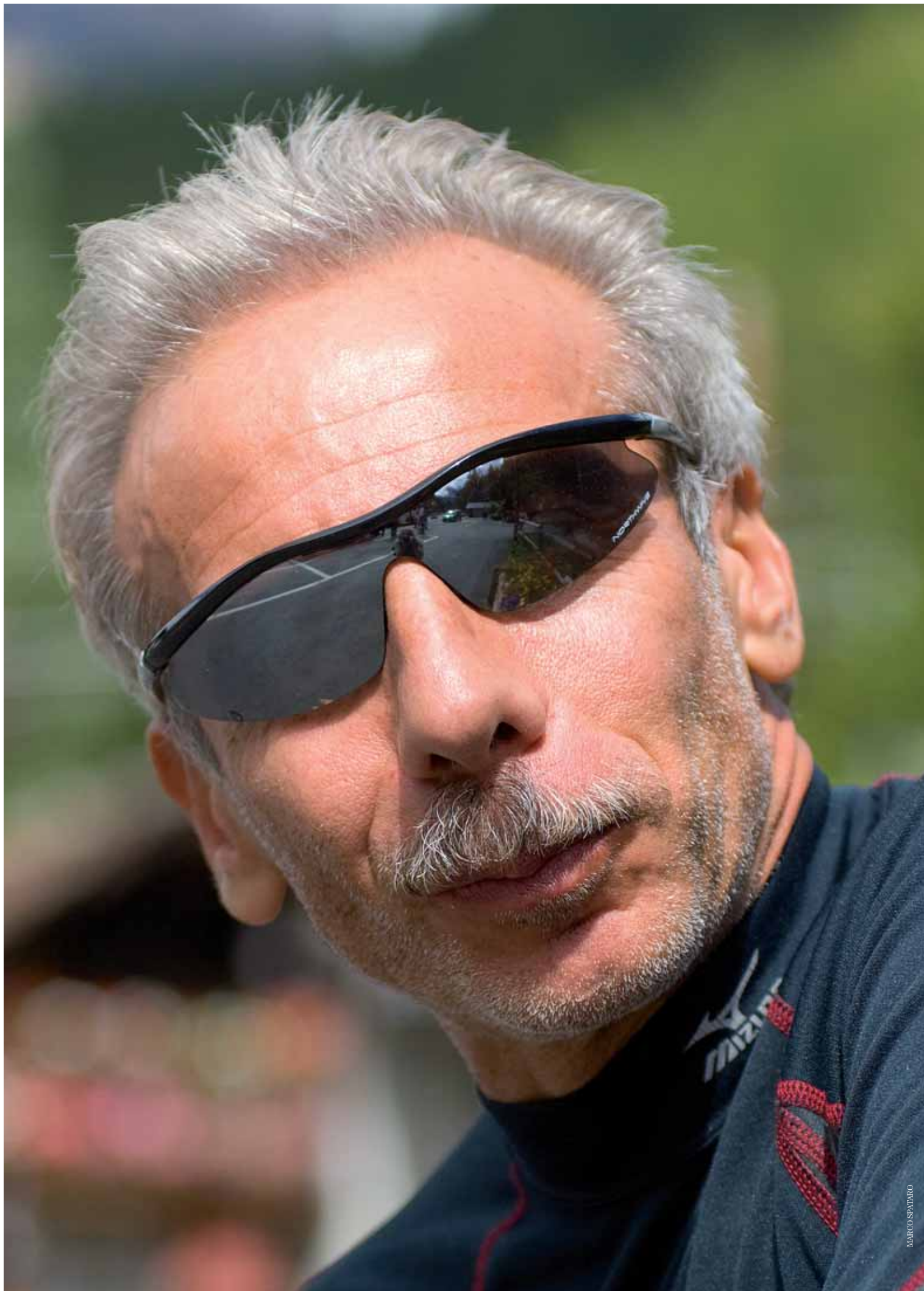
di Giovanni

Verrebbe proprio da dire: di trio in trio. Giovanni Storti, sì proprio lui, quello-di-aldogiovanniegiacomo, non resiste al richiamo del magico numero tre. E siccome i suoi due compagni di scena si sottraggono alle fatiche della corsa, ha scelto di partecipare alla prossima Monza-Resegone in compagnia di Franz Rossi e Daniela Banfi, due esperti runner che hanno già partecipato alla leggendaria gara in notturna.

Ed è proprio a Franz che abbiamo chiesto di intavolare con lui questo “dialogo sulla corsa”. Di corsa, naturalmente

di Franz Rossi

Sembrerebbe una qualsiasi serata milanese, appuntamento alle 18.30 al campo, ci si cambia e si parte per un allenamento. Il gruppo non è fisso, ci sono una quindicina di amici che orbitano intorno a quest'orario, a volte ci troviamo in dieci, a volte ci si trova da soli. E il tipo di lavoro lo decide quello che ha più voglia: “Stasera facciamo un'oretta tranquilla che poi c'è la partita alla tele”. Gioca l'Inter. È per questo che siamo arrivati un po' prima del solito, per avere il tempo di essere presenti al fischio d'inizio. Ma l'orario anticipato e la concomitanza del traffico fanno sì che a correre siamo solo Giovanni ed io.





“Correre in montagna è meditazione in movimento”

TOUBKAL MARATHON

Giovanni alla cerimonia di premiazione della Toubkal Marathon a cui ha partecipato nell'ottobre 2009. Una gara estremamente impegnativa, 42 km con 3300 metri di dislivello positivo e giro di boa in vetta al monte Toubkal, il più alto dell'Africa settentrionale con i suoi 4165 metri di altezza.

MONICA MANFETTI



Giovanni, cosa dici: asfalto o sterrato?

Ho ancora nelle gambe la gara di domenica, facciamo un po' di asfalto per farle girare e togliere un po' di rugine.

Giovanni Storti, meglio noto come Giovanni-quello-di-aldogiovanniegiasimo, ha incrociato il mio sentiero podistico un po' più di un anno fa. Aveva letto un libro sull'uso dello sport in generale e della corsa in particolare per allenare la nostra capacità di reagire agli stress (*Resisto dunque sono* di Pietro Trabucchi, ndr) e attraverso una comune amica si era messo in contatto con l'autore e avevano iniziato a correre insieme fra le cime della Val d'Aosta. In una di queste uscite ci siamo conosciuti ed essendo entrambi milanesi ed entrambi appassionati della montagna, abbiamo iniziato a prepararci per alcune gare di trail.

Certo che per due appassionati di montagna trovarsi a correre alla Montagnetta di S. Siro e magari optare per il giro di Trenno, tutto su asfalto, è un po' triste...

Sai benissimo come funziona, semini tutti in salita e in discesa, e poi ci facciamo riagguantare sul piano. Quindi allenamento su asfalto. In questo modo facciamo un bel progressivo.

Va sempre a finire così con Giovanni, si parte tranquilli e si finisce in progressione. È un agonista, anche se finge di non esserlo. All'inizio, quando ancora andavo più veloce di lui, concludevamo l'allenamento con un bel l'allungo di 3 o 400 metri. Ma il Giova non ci stava mai ad arrivare secondo.

Senti, ma com'è che qui a Milano mi fai morire e nei trail non hai l'ansia del cronometro?

L'ansia del cronometro non ce l'ho mai. Diciamo che qui mi piace fare la sfida all'ultimo metro, la vera motiva-

zione per correre è la prestazione in sé. Invece quando siamo in montagna si corre per motivi completamente diversi. Ci si guarda intorno, si apprezza l'ambiente, si fa molta fatica, moltissima a volte, ma poi ci sono le discese che sono divertimento puro, anche se per i non allenati sono quasi più faticose delle salite. Ti confido una cosa: in montagna mi scordo del cronometro perché vorrei che quelle gare non finissero mai.

Be' e poi c'è il premio della festa all'arrivo, con la pasta e la birra...

Mah, lo sai che non sono poi molto interessato al cibo o alla birra, anche se in effetti dopo certe corse è il miglior alimento e, soprattutto d'estate, negli ultimi chilometri si pensa solo a quello. Comunque è lo spirito che mi piace. Ci si trova tutti insieme, il primo arrivato con l'ultimo, solamente per il gusto di raccontarsi la propria gara, condividere le belle sensazioni. Fare festa insomma. È una cosa che si trova difficilmente in altri ambienti.

Insomma se ti chiedessero perché corri in montagna, risponderesti per i panorami e gli amici.

No. Gli amici sono una componente importantissima, come pure l'ambiente. Ma la spinta prima per questo tipo di sport viene da dentro di te. Il trovarsi in sintonia con tante persone in un trail è dovuto principalmente al fatto che si condivide un percorso di ricerca. Non vorrei fare troppa filosofia, ma quando si cammina verso una vetta si entra in contatto con una parte profonda di te stesso, una parte che non scopri attraverso il cervello, ma attraverso la fatica. Correre in montagna in

questo senso è meditazione in movimento.

Nel frattempo abbiamo terminato il giro del trotter e ci stiamo avviando a Trenno. L'aria è ancora fresca e non si suda nemmeno tanto.

Giova, non ti ho poi chiesto se nel deserto (Giovanni ha partecipato alla 100 km nel Sahara, una gara in quattro tappe nel deserto africano, ndr) hai patito il caldo come ci si immagina?

Il primo giorno di gara c'era un forte vento che durante la tappa si è trasformato in una specie di tempesta di sabbia. All'arrivo al campo ci siamo infilati nelle tende giusto in tempo prima che iniziasse a piovere. Poi è aumentato ancora il vento e ci siamo dovuti rifugiare nella tenda mensa che era molto più grande, ma anche lì non abbiamo passato una notte tranquilla. Insomma non era proprio il clima che mi aspettavo. Fortunatamente nei giorni successivi il maltempo è passato.

E sei riuscito a dormire?

Dormire un accidente! Ero in tenda con tre rusinatori formidabili. Finivamo di cenare, entravamo in tenda, loro appoggiavano la testa sul cuscino e partiva immediatamente il concerto.

Abbiamo anche cercato di farli entrare dopo, così ti addormentavi. Poi loro entravano e si mettevano a russare. E tu ti svegliavi subito.

Adesso ho capito cosa intendevi per sport estremo...

Be' a parte gli scherzi è stata un'esperienza molto coinvolgente. Il deserto ti lascia il segno, sono posti bellissimi. Sono stato molto fortunato a poter partecipare. E poi gli organizzatori sono stati perfetti, tanto che ho pensato di ripetere l'esperienza, sempre in Africa, ma questa volta in Namibia. Vedremo...

Il parco di Trenno è invaso dai supporter dell'Inter che si stanno avviando verso lo stadio. Giovanni è notoriamente un tifoso sfegatato dei nerazzurri, dunque continuano a salutarci. Lui ha una risposta per tutti. A chi gli domanda "Ma sei Giovanni?" risponde alternativamente "Magari!" oppure "No, sono il gemello bello". A chi gli chiede stupito "Ma cosa fai qui, non vieni allo stadio?" prontamente risponde "Finisco la corsa e arrivo" e avanti così... C'è anche chi, vedendolo da lontano e dopo aver dato di gomito al proprio vicino esclamando "guarda, c'è aldogiovanniegiamomo", gli grida "Bella Aldo!" o "Forza Giacomo!".

Giovanni, uno e trino!

Non posso certo lamentarmi, il mio lavoro è basato sulla notorietà e il nostro gruppo funziona benissimo. Aldogiovanniegiamomo è diventato un marchio che ciascuno dei tre porta volentieri attaccato addosso.



ALLA MARATONA DI MILANO

Giovanni e Franz Rossi insieme alla Milano City Marathon 2010.

“ Per arrivare intero alla Capanna Alpinisti Monzesi conto sul fatto che tu e la Daniela l'avete già corsa altre volte ”

In effetti siete una squadra estremamente affiatata e ho sentito che spesso ti chiedono come mai non corrano anche Aldo e Giacomo. Comunque anche nella corsa stai per affrontare una gara in trio...

Già, la Monza-Resegone. Ma questa non è una gara,

è un'esperienza da vivere. È un pezzo di mito, specialmente quest'anno che siamo alla 50esima edizione. Per arrivare intero alla Capanna Alpinisti Monzesi conto sul fatto che tu e la Daniela l'avete già corsa altre volte. Non mi preoccupa tanto l'ultimo pezzo, quello da Erve. Lì mi muoverò sul mio terreno. Sono i primi 36 chilometri su asfalto che mi danno un po' di pensiero.

Non ti preoccupare Giova, dall'Arenario fino ad oltre il dodicesimo c'è talmente tanta gente a fare il tifo che i chilometri passano via veloci, poi ci saranno la notte e le stelle. Infine da Calolzio in su penseremo soprattutto ai cancelli orari. Insomma un'altra bella avventura.

Intanto rientriamo al campo e ci infiliamo nello spogliatoio dove ci sono i giovani atleti della Pro Patria che si stanno allenando. Alcuni di loro puntano alle Olimpiadi di Londra. Ci si conosce e si scambiano sempre due battute. È incredibile come l'atletica annulli le differenze di età, di classifica, di notorietà. Alla fine siamo sempre e solo persone che corrono.

Appuntamento all'Arenario dunque.



FRANZ ROSSI Da sempre impegnato nel mondo dei giornali, da due anni ha coniugato la passione per la corsa con la carta stampata, fondando X.RUN un periodico che racconta storie di corsa. Veneziano di nascita, vive a Milano dal 2000, ama correre in montagna e non solo.