

## **Maratón en la ciudad de las bicicletas**

Intentamos compartir desde aquí las sensaciones vividas en la Maratón de Ámsterdam, contadas desde el punto de vista de vivencia más que desde el resultado deportivo, analizado ya, certeramente, por Ildefonso en su artículo anterior. Aspecto que nos ha dejado muy buenas sensaciones, ya que sin llegar a hacer marca, nos hemos quedado bastante cerca de ella; para los tres (Ángel, Emilio y Toni) ha sido nuestro segundo mejor tiempo además de la satisfacción de haber asimilado muy bien los entrenamientos marcados por Frasqui.

Los nueve que componemos el grupo de familiares y corredores que viajamos hacia la capital de los Países Bajos, tras contemplar un precioso amanecer desde el avión y una vez en tierra, descubrimos que bajo el manto de neblina que cubre por completo la superficie se oculta la preciosa ciudad de Ámsterdam y en concreto su bien conservado casco antiguo donde nos hospedamos.

Dos cosas nos impactan inicialmente: la circulación y el urbanismo. Todo cristo se mueve en bicicleta, medio que goza de prioridad absoluta. La señalización viaria es escasa pero bicicletas, peatones, numerosos tranvías, autobuses y los pocos vehículos particulares que circulan por este sector, se engarzan en los cruces con tal armonía y silencio que en ningún momento tienes sensación de caos circulatorio. El problema lo teníamos nosotros, que tardamos dos días en adaptarnos a no invadir el carril bici, con el consiguiente susto, que nos propinaba este silencioso y ecológico medio al hacer sonar el timbre.

Por otro lado, el urbanismo, con una distribución de calles y avenidas prácticamente radiales, convergiendo hacia el centro y unos canales circundándolo; con bonitas viviendas antiguas y abundantes edificios monumentales. Inicialmente se nos hacía difícil orientarnos, así que no había más remedio que ir con el callejero en la mano.

Los dos días previos a la carrera los pasamos haciendo turismo, paseando, viendo museos, etc.

Eso sí, la comida siempre a base de pasta para acumular reservas. Ha sido tal la afluencia de corredores en la ciudad (unos 20.000 entre las 4 carreras a disputar: maratón, ½, 10 Km. y 2,5 Km. para los niños) que los restaurantes italianos han hecho el agosto.

El día de la carrera, después de preparar metódicamente la equipación y un matutino desayuno rico en carbohidratos, nos dirigimos hacia el Estadio Olímpico (sede de las Olimpiadas de 1928). Por el camino nos encontramos con la línea que marca en el suelo la trayectoria completa de la carrera y ríos de gente en nuestra misma dirección, esto nos provoca un hormigueo por todo el cuerpo y cierto tembleque en las piernas (ya no hacemos tantas bromas), los nervios afloran a pesar de ser la 11ª maratón de Emilio, la 5ª de Ángel y la 6ª mía.

Nos despedimos de los familiares que van a situarse en las gradas del estadio, acompañándonos todavía de Asensio (hermano de Emilio) que participará en la carrera de 10 Km. Nosotros, con tiempo, nos vamos colocando en la pista del estadio en el lugar que tenemos asignado por marcas acreditadas. Poco a poco el “tartam” se cubre con cerca de los 7000 corredores. Se hace larga la espera, hace frío, pero el calor humano del pelotón te sirve de abrigo.



Entre otros corredores vemos algún conocido de Barcelona como el campeón de Catalunya Víctor Gonzálvo, el periodista de TV3 Arcadi Alives y el ex-futbolista Luis Enrique, que ha cambiado el balón por la distancia de Filipides.

La organización casi perfecta cuida todos los detalles, por la pantalla gigante instalada en el centro vemos que hacen entrada los corredores de élite, con una numerosa y joven escuadra africana, hombres y mujeres. Nos atrae la presencia de la “estrella invitada”, el experto y entrañable brasileño Vanderlei Lima (¿lo recordáis en la última olimpiada de Atenas? iba 1º a falta de 3 Km. cuando un perturbado saltó del público y lo tiró al suelo, recuperándose y finalmente entrando 3º bajo el apoyo y ovación de todo el público)

Bueno... llega la hora de la verdad, se para la música de animación, se acalla el jolgorio, nos damos los tres la mano... ¡suerte!, se acelera el corazón y... ¡Pummm!

Estamos bien situados, tardamos menos de un minuto en cruzar por el arco de salida, nuestro xip y crono se ponen en marcha. Nos dicen los familiares que los que salían en cola han tardado unos 12 minutos, es igual, la gente aplaude tanto al 1º como al último.

Vamos los 3 juntos hasta el Km. 2, donde nos despedimos, sabemos que el éxito radica en llevar cada cual su propio ritmo de carrera, en no dejarte llevar por la euforia inicial, vas fresco y las piernas te piden más ritmo, pero ¡no!, la energía que consumes ahora en exceso te faltará después con creces.

El paso por el Km. 5 es perfecto, hemos de completar una vuelta pequeña de 8 Km. con paso otra vez en el estadio, al entrar veo a Ángel saliendo y le grito, a Emilio no lo veo pero iba pegado.

Mucho público, la animación por las calles es espectacular, bandas de música, etc. Los familiares nos sorprenden en el Km. 10 donde no los esperábamos (que alegría dan estas cosas!).

Salimos de la ciudad hacia el campo en un circuito de ida y vuelta por ambas orillas de río Amstel, la presencia de los helicópteros delata que por la otra orilla va la cabeza de carrera, con un grupo compacto de 10 ó 12 tirando en bloque seguidos de un rosario de corredores, otro grupito va arrojando a la 1ª mujer.

Por esta zona descubierta hace aire, es cuestión de cobijarse entre un grupo de tu mismo ritmo. El paisaje es muy bonito, campos, los típicos molinos, vacas, etc. La gente particular monta avituallamientos ofreciéndote agua o fruta, niños que te tienden la mano para que se la choques, etc. (a estas alturas te permites disfrutar del paisaje y de la carrera) Vamos muy bien, pasamos la ½ maratón según lo previsto.

Cruzamos con el mismo ritmo el Km. 25 y buscamos ansiosamente con la mirada entre la gente y...¡oh, ahí están, nuestra familia, nuestros amigos, esos incondicionales! Han podido llegar tras una odisea en metro, con frío, aire, con la dificultad del idioma, al punto más necesitado para tu particular avituallamiento, con bebida isotónica, barritas energéticas, vaselina para alguna rozadura, etc. Los más jóvenes corren un rato a tu par para darte las cosas. Este momento es una inyección de moral.



Llega el Km.30 y vas bien, te planteas hacer marca, vas tirando bien, pero... aparecen unas inoportunas subidas y bajadas,... ¡caray, con lo planito que era esto! No te rindes, mantienes el ritmo (a los tres en mayor o menor medida nos ha pasado lo mismo), pero allá por el Km. 35 o regulas o viene “el tío del mazo” y te arregla. Así pues, si no quieres hundirte en la miseria, a sufrir se toca, a tirar de oficio, a poner un ritmo que las piernas te lo permitan. Haces trabajar la mente en sentido positivo, pensando únicamente en el próximo Km., deseando que llegue ya la zona conocida y más llana. Cuando vas así hasta el pavimento de adoquines se te hace horrible.

Por fin vemos la puerta del grandísimo parque Vondelpark, ya lo conocemos, llanito, entre árboles, con buen pavimento, nos acordamos de todo lo que hemos sufrido preparando esta jodida maratón, del tiempo que le hemos dedicado, todo el calor del verano, la lluvia que nos ha caído, el tiempo que le hemos robado a la familia, pensamos en los compañeros, el entrenador, intentamos sacar fuerzas, y... ¡qué jodido es el cuerpo y la mente humana!, las fuerzas salen. Entrás en la recta que lleva al estadio, tan sólo faltan 2 Km., ves el pebetero a lo lejos y te salen alas.

Aún en el Km. 41 me grita un compañero de trabajo que esta de turista, ¡más ánimos todavía!, se entra en la zona vallada repleta de gente y el último giro para entrar al estadio, pisas el “tartam” y flotas, oyes que te llaman los tuyos desde la grada,... las emociones afloran.

Entro en meta y ahí están esperándote Ángel y Emilio que hace más de  $\frac{1}{4}$  de hora que han llegado, pelaos de frío, con cara de pajarillo, los abrazo y les reconozco la paciencia que yo no tengo.

Esa es la grandeza de esta carrera, por eso es mito y crea adicción, hace un rato estábamos renegando y ahora estamos eufóricos, hechos polvo, pero eufóricos y lo bueno de todo es que aquí no hay perdedores ni rivales, esta sensación la comparte desde el primero hasta el último.

...Estoy pensando que si después de Barcelona no podíamos...NY, Berlín...



Antonio Ortiz Pérez  
25 de Octubre de 2006