

# Tre atleti non vedenti alla Milano Marathon

PAOLA PIGNATELLI



***Tre atleti non vedenti dell'associazione Disabilincorsa parteciperanno quest'anno alla Milano Marathon. Correranno aiutati da una guida, grazie a un cordino che terrà unito il polso del non vedente a quello del suo accompagnatore.***

“Lo sport – e soprattutto le gare sportive come la Milano Marathon – sono avventure emozionanti. Il nostro obiettivo è proprio quello di far provare questa incredibile emozione anche ai ragazzi non vedenti. E ovviamente alle loro guide: perchè un conto è arrivare al

traguardo correndo da soli, e un altro è riuscire a regalare questa esperienza anche a un'altra persona". Chi parla è Michele Pavan, 43 anni, anche lui non vedente, presidente e anima della onlus Disabilincorsa, associazione nata proprio con l'obiettivo di aiutare le persone con handicap fisici a praticare sport.



Daniela e Michele (al centro) con le loro guide al termine della staffetta di Treviglio 2016.

L'8 aprile a Milano, sulla linea di partenza, saranno in tre gli atleti non vedenti che indosseranno la maglietta di Disabilincorsa: Daniela Vittori (moglie di Michele Pavan), Dario Croci e Chiara Pandolfi. E faranno sul serio! Chiara Pandolfi sarà alla sua quarantesima maratona, e Dario Croci ha intenzione di correre i 42 km della gara come "riscaldamento" per la prossima 100 KM del Passatore, in programma il 26-27 maggio.

L'unica neofita sulla distanza dei 42 km sarà Daniela Vittori. "Cosa mi aspetto da questa maratona? Una sola cosa: arrivare al traguardo!", dice. "È il mio obiettivo principale, dal momento che fino ad oggi le mie gare non sono mai state più lunghe dei 21 km di una mezza maratona". Ma Daniela conta sul fatto di essere comunque una grandissima camminatrice e trekker.

### ***Fare sport... sembra facile!***

Un grande sportivo è anche Dario Croci. Appassionato di sci (fa parte anche del consiglio direttivo del Gruppo Verbanese Sciatori Ciechi), si è avvicinato alla corsa da una decina di anni. "Ho iniziato a praticare sport con i gruppi sportivi organizzati dall'Unione Ciechi – racconta -. Prima sci di fondo, poi mi sono anche cimentato nella bici, e più di recente nella corsa. Il grande problema per noi non vedenti è quello di trovare accompagnatori che ci aiutino a svolgere l'attività sportiva. Da soli non possiamo nemmeno andare in palestra, perchè per un motivo o per l'altro non ci fanno iscrivere. Oppure ci propongono di frequentare negli orari morti, o ancora di pagare un personal trainer che ci affianchi. Per non parlare poi del fatto che oggi la maggior parte delle macchine è touch screen...e chi riesce a leggerle?".

### ***A caccia di guide con Disabilincorsa***

Anche grazie all'associazione Disabilincorsa, Dario ha trovato alcune guide con cui è riuscito ad allenarsi e a partecipare a diverse gare. Correre con un non vedente all'inizio può spaventare un po'. Si ha paura di non essere all'altezza, di farlo cadere, di non riuscire ad affrontare gli ostacoli lungo il percorso. "In realtà l'unico problema per noi è proprio la rigidità della guida – spiega Daniela -. Si percepisce la tensione, e all'inizio può essere un po' difficile. Ma già dopo un paio di uscite ci si riesce a sintonizzare, e un po' alla volta ci si capisce senza nemmeno bisogno di parlare".

### ***Uniti da un cordino***

Come si fa ad accompagnare a correre un non vedente? Il polso della guida e quello dell'atleta cieco sono uniti da un cordino lungo una ventina di centimetri. Si corre affiancati, e la guida segnala gli ostacoli, la presenza di gradini, di buche, di persone o animali sul percorso. Man mano che si acquista reciprocamente confidenza, non è nemmeno più così necessario parlare: basta un movimento del polso o del braccio, oppure una lieve tensione del cordino, per intendersi.

Oggi nel database di Disabilincorsa sono presenti i nomi di circa 1.200 guide disponibili ad accompagnare gli atleti non autonomi (nella maggior parte si tratta di non vedenti). Ci sono però alcune regioni che restano poco coperte: come la Sicilia, la Campania, il Molise, la Calabria.

### ***Dalla Milano Marathon alla Via Francigena***

Anche grazie alla presenza sul campo durante gare come la Milano Marathon, l'associazione Disabilincorsa conta di farsi conoscere, di arricchire il proprio database e di trovare fondi per finanziare i tanti progetti in corso. Tra questi, una staffetta lungo la Via Francigena, da Pontremoli a Roma, già fissata per il maggio 2019. In tutto 567 km, che i ragazzi non vedenti correranno con le loro guide. "E poi – continua Michele Pavan – c'è il grande sogno: portare un gruppo di non vedenti a correre la maratona di New York. Avevamo cominciato a parlarne con gli organizzatori della Maratona di Brescia, che ci avevano promesso il loro aiuto, ma poi l'accordo non si è concretizzato. Ora ripartiamo da Milano".