

Finalmente una serata "solo donne" per mangiarci una pizza con la nostra Daniela De Marc ed intervistare la fotografa ufficiale del Maratoneti del Tigullio, Paola Pastine.

Sotto l'ala protettiva di quello che è invece il "pizzaiolo" ufficiale del gruppo, Matteo Bussone, partiamo subito con una serie di domande che spero, ci permetteranno di conoscere meglio Paola ed il punto di vista di una *moglie non runner* in un mondo in cui la passione per il podismo è grande e a volte, quasi totalizzante.

Partiamo!

### **Quali gli aspetti positivi e quali quelli negativi di essere sposata con un runner? Devo essere sincera?!**

Certo, assolutamente.

Gli aspetti positivi sono che mi piacciono molto le persone che Daniele frequenta nel senso che le vedo come persone pulite, semplici e che avendo una passione così grande gli trasmettono sensazioni positive e che Daniele, a sua volta, trasmette alla sua famiglia.

Diciamo che non mi piacerebbe essere sposata con una persona che vede solo lo stadio piuttosto che attività molto sedentarie che non ti danno nemmeno lo spunto di parlare di qualcosa. Invece anche se io non corro con lui parlo molto delle sue gare, dei suoi allenamenti. So che a lui fa piacere e quindi, cerco di condividere questa passione anche solo parlandone. Invece gli aspetti negativi sono tanti...Se la passione è forte, come nel suo caso, non è che si rubi tempo alla famiglia però la domenica ad esempio quando si potrebbe uscire tutti insieme per fare una gita o semplicemente stare la mattina a letto un po' di più anche con la bambina, spesso Daniele ha l'allenamento o la gara. E così si parte tutti insieme e si va alla gara. Questo perché si vuole stare insieme. Lavoriamo entrambi e preferisco alzarmi presto la mattina, ma stare insieme tutta la famiglia. Un altro aspetto negativo è quello dell'allenamento serale. La sera prima delle venti non è mai a casa e quando si lavora in due e c'è una cena da preparare ed un bambino da accudire se il marito rientrasse un'ora prima..., ti aiuterebbe a fare tante piccole cose che invece ti devi gestire da sola...Questi sono, molto sinceramente, gli aspetti positivi e quelli negativi di essere sposata con un podista...

### **Quali attenzioni richiede un runner per marito: alimentazione, orari, abbigliamento?**

Con *Nunzio Perrella*, come lo chiamate voi, nessuna attenzione alimentare perché quando tu provi a dare attenzioni di tipo alimentare, queste non sono in alcun modo rispettate. Daniele non riesce a terminare una cena senza il dolce sebbene sappia che la sera è meglio non assumere zuccheri. Dany è il classico tipo che va avanti a pane e pastasciutta, quindi, non ama la carne, tanto meno la carne bianca né il pesce. Insomma, non ama le cose che la sera sarebbe meglio mangiare invece dei carboidrati. Io ho provato a proporgli una dieta che potesse anche aiutarlo a migliorare le sue prestazioni, ma ho rinunciato perché lui e la stecca di cioccolato sono amici per la pelle...Anche se nascondo i dolci, apre tutti i cassetti finché non li trova. Quindi, è inutile perdere il proprio tempo per preparargli una dieta. Inoltre c'è Raggio che gli lascia le Fiesta sulla macchina.... Se lo vede niente niente in forma, il Capitano gli regala il Toblerone...Capite che così, io più di tanto non posso fare....

### **Corri anche tu: quali gare hai fatto? Riesci ad allenarti, a parte adesso che aspetti un bimbo, naturalmente?**

Ma...volete prendermi in giro?! Lo devo proprio dire...così vi fate un po' di ridere...

Beh, diciamo che mi ha fatto fare alcune gare, non ho fatto io di mia spontanea volontà, perché mi ha proprio obbligato... qualche anno fa la non competitiva di Pegli, che si svolge insieme alla staffetta. Diciamo che in questa gara di 3km mi ha battuto la figlia di Cozzani che aveva 3 anni e uno con le stampelle tutto fasciato che mi ha detto "tieni duro, ce la puoi fare!". Tutto questo con Daniele che mi urlava: "muoviti, ma cosa stai facendo?". E' andata così male perché non avevo quello che voi chiamate "l'autonomia"...riscaldandomi per 2 km avevo perso tutta la mia autonomia..non ne avevo più. Avevo fatto un bel riscaldamento, sono partita a bomba e dopo 100m ero già ferma. E' stata un'esperienza terrificante! Poi ho corso nel 2007 a Verzi, tra l'altro ero incinta, una gara che ho trovato molto pesante, quasi tutta in salita. Ho camminato in salita e corricchiato poi in discesa, ma comunque, sono riuscita a vincere...forse perché ero l'unica donna. Daniele mi ha obbligato a rifarla due anni dopo, ma c'era la Bolognesi che è ovviamente arrivata prima, ma io ho fatto seconda, migliorando però il mio tempo. Poi ho corso una gara che non fanno più: "Nel verde di Velva", ma in quell'occasione mi sono infortunata..ci ho messo talmente tanto che ad un certo punto mi hanno dato per dispersa. Poi, naturalmente, la nostra staffetta femminile dell'anno scorso, anche quella un'esperienza terribile, che mi ha distrutta. Però sono orgogliosa di averci messo 39':40" quando tutti gli uomini del nostro gruppo mi davano spacciata sui 42'..ed ho anche ricevuto i complimenti di Boccardo ...e con questo, ho detto tutto!

### **E oggi? Ti alleni ogni tanto?**

No, diciamo che non corro mai. Correvo solo ed esclusivamente per perdere peso a seguito della prima gravidanza, non avendo velleità podistiche. Diciamo che non me ne può fregar di meno! Quando vado a correre lo faccio esclusivamente per fare qualcosa per me stessa, qualcosa di diverso dallo stare perennemente seduta davanti ad una scrivania. Però ammiro molto chi ha la costanza di allenarsi e di portare avanti la propria passione con determinazione.

### **Parliamo invece della tua grande passione per la fotografia: com'è fotografare il podismo? Quali emozioni ti dà anche rispetto ad altri soggetti? Ed anche, tecnicamente, quali difficoltà ci sono?**

Tecnicamente, se non hai la macchina giusta, è molto difficile mettere a fuoco i soggetti in movimento, in particolare i primi della gara che corrono veramente forte. Infatti, la frase che ripeto tutte le volte a Daniele è: "quando sei all'arrivo, rallenta così riesco a farti una bella foto..!"

L'emozione che mi dà il fotografare il podismo è legata al tempo, o meglio alla sua mancanza: hai pochi istanti per scattare quella che tu vorresti fosse una bella foto e quindi, ti impegni al massimo, soprattutto quando il soggetto è una persona che conosci, a cui sei affezionato. Io ci tengo a fare belle foto agli amici per poterle regalare loro, io fotografo solo per passione e le mie foto sono a disposizione di tutti gratuitamente. Quando regalo una foto a qualcuno, lo faccio con il cuore e certo non per guadagnarci sopra.

### **Come vive la piccola Olga il fatto che il papà sia un *runner*, lo capisce, fa il tifo?**

Sì, oggi naturalmente, molto più di prima. Olga ha iniziato a parlare presto e a camminare tardi, con grande preoccupazione del padre, che già la vede come la prossima Paula Radcliffe. Quando era piccola ed Olga chiedeva ai nonni "dov'è il papà? Loro le hanno insegnato a rispondere "il papà è andato a raccogliere le farfalle" e quello era il modo per dire che il papà andava a correre.

Adesso invece sa che il papà va a correre e lo incita, anzi, gli dice sempre "papà, ma corri più veloce, corri più forte" E lui quando riesce a sentirla, si mette a ridere in mezzo alla gara. Sì, Olga è una grande tifosa di suo padre.

### **Ora passiamo alle domande "sceme": perché Daniele alla fine di una gara deve sempre scappare invece di aspettare la premiazione e godersi il ristoro a pane e Nutella come tutti gli altri?**

Questo io lo voglio assolutamente negare perché non è vero che quando lui scappa è perché ci sono io a casa che premo perché lui torni immediatamente appena terminata la corsa.

Lo faccio solo quando abbiamo degli impegni successivi alla gara ed allora ci sono ovviamente, delle tempistiche da rispettare. Normalmente, è lui che si sente un po' in colpa la domenica quando va a fare le gare o ad allenarsi... Sa che noi siamo a casa ad aspettarlo, ed è lui che vuole tornare presto per non rubare tempo alla famiglia. Ma per me, una volta che è andato, io sto a casa, mi riposo e mi rilasso oppure faccio le mie cosine. I suoi impegni sportivi mi pesano di più, questo sì, alla sera. Se arriva dopo le otto, onestamente è un problema. Purtroppo, lavorando in due, ci sono delle limitazioni di tempo e di orario. Quindi, non si tratta di non volergli far fare le cose con calma, ma il tempo a disposizione di due genitori che lavorano ed escono entrambi la mattina alle sette e rientrano alla sera è veramente limitato e diciamo che ci sono delle piccole regole da rispettare però, normalmente, fa le gare che vuole, gli allenamenti che vuole e non gli dico mai nulla. Normalmente...questo per mettere a tacere le chiacchiere cattive sul mio conto.

L'unica cosa che mi sento di criticare nel mondo del podismo è quando la passione diventa veramente spasmodica ed è messa davanti ad altri doveri. Il podismo è una passione bella e grande, ma non è quello che ci dà da mangiare. E' una passione vera,viscerale che va coltivata in maniera sana e che non deve sottrarre troppo tempo alle altre cose, prima fra tutte la famiglia, che dà tante soddisfazioni, ma implica anche alcune inevitabili rinunce. Se la passione rimane entro certi ragionevoli livelli, non la giudico, ma anzi la ammiro. Se va oltre i livelli logici però, allora inizio a criticarla perché non la capisco più.

### **Come festeggeresti se Daniele battesse in una mezza Capitan Raggio?**

Beh, la prima cosa che succede ad ogni gara dove l'uno batte l'altro o viceversa è il messaggio o che parte in caso di vittoria di Daniele o che arriva, in caso di vittoria di Raggio. E' immediato: appena passato l'arrivo, parte il messaggino con il *menaggio*. Infatti lo sfottò, la battuta via sms tra me e Andrea è ormai un classico...Penso che la loro rivalità sia molto sana perché sono due amici molto affezionati l'uno all'altro. E' una vita che corrono insieme quindi, nel caso di vittoria dell'uno o dell'altro ci sarebbe gioia, ma mai la cattiveria o la boria. Festeggerebbero insieme in ogni caso anche se certamente l'agonismo c'è e ci deve essere perché aiuta anche ad affrontare meglio la gara.

Ringraziamo Paola per averci permesso di conoscerla ed averci offerto uno sguardo critico ed ironico su quello che per noi è un mondo ed uno stile di vita: "*correre*".