

Racconto di Vincenzo Rialdi

La pedalata

Partimmo come sempre alle sette in punto dalla piazza di Sturla, pedalando leggero verso la riviera e lasciandoci i nuvoloni neri alle spalle e a monte.

I saliscendi dell'Aurelia sono ideali per riscaldare la gamba prima di imboccare la strada che porta sulla Ruta, quella che si snoda per il boschetto di Camogli.

La distanza che porta alla vetta è di quasi cinque chilometri, attenuati da una cornice irripetibile offerta dal connubio fra silenzio mattutino, scorci d'orizzonte ed aria frizzante profumata di verde.

E fu proprio in vetta che la ruota libera¹ della mal revisionata bici del solito Dodo, dopo ripetuti sinistri stridii, lo fece definitivamente pedalare a vuoto costringendomi a proseguire scompagnato, non prima di averlo atteso il giusto tempo di una telefonata di soccorso.

Mi diressi quindi alla volta di Rapallo digerendo una banana e una fettina di crostata. Sentivo che non era la giornata adatta per un giro così impegnativo ma ormai avevo deciso e non c'era nulla che potesse convincermi a desistere o a variare il programma: perché mai perdere in partenza l'eterna gara con se stessi ? È in momenti come questi che l'atleta forgia la mente ed il suo involucro, ingannandoli a piacimento !

Venne il momento di affrontare la prima dura salita, proprio mentre i raggi del sole iniziavano a manifestare con decisione anche la loro temperatura: dieci chilometri, di cui gli ultimi tre veramente ripidi.

¹ Meccanismo che consente alla ruota posteriore, cessando il moto dei pedali, di continuare la sua rotazione senza trascinare i pedali attraverso la catena.

Mi raccolsi subito nel massimo impegno: posizione conveniente per un ottimale rendimento e pedalata rotonda anche se, a dire il vero, sentivo le gambe un poco imballate per la durissima uscita bagnata della domenica precedente.

La cima fece presto a giungere. La pedalata era costante, mai sotto i tredici all'ora ma neanche sopra i ventuno; solo la massacrante rampa del bivio di Montallegro mi rassegnò per duecento metri a nove all'ora.

Non smisi mai di pedalare; solo nei ripidi tornanti qualche pedalata a vuoto, accompagnata da fugaci sensi di colpa subito offuscati dal temporaneo sollievo di cui poteva godere la muscolatura.

Lassù, boschi, con ciuffi di sottilissimi cipressi, si alternano a paesini di campagna che contrastano in tutto con la vicina località turistica. Gran parte del percorso è scortato da archi di fronde che impediscono al sole di stordire il gitante. E poi la vetta. La cornice è di quelle inenarrabili: la valle appena scalata che si tuffa nel mare.

Una manciata di secondi per lambire il traliccio dell'alta tensione e un secco tornante piano che a destra fa perno sulla minuscola cappella della Crocetta, il cui viottolo d'accesso era gremito di ragazzi in scampagnata, mi condusse ripidamente verso la Val Fontanabuona.

Ogni tanto un ciclista grondante in direzione opposta. Era spontaneo un pensiero che è comune a chi affronta la discesa: "Ora tocca a te!".

Non avrei mai detto che Gattorna fosse così lontana. Almeno non lo ricordavo. Avevo già pedalato su questo percorso ma senza focalizzare ... si chiacchierava ...

Ancora una volta, non me la sentivo di rinunciare ai programmi. La mia mente ci lavorava sopra, articolava improbabili conteggi chilometrici, valutava possibili percorsi alternativi ma le mie braccia, al bivio per Uscio, non ebbero un attimo d'esitazione. E mi ritrovai nuovamente in salita

spingendo il rapportone, che dopo un breve ragionamento tolsi a vantaggio di uno più agile ma non troppo, per evitare l'affanno da cadenza elevata.

Ci sono volte in cui non ricordi il paesaggio perché non riesci ad alzare lo sguardo da terra; in quei casi, potresti raccontare chilometri d'asfalto descrivendone la grana e i difetti di posatura, come le carcasse d'insetti incollati sul selciato ed essiccati dal sole.

Il buon passo impostato mi portò in cima senza momenti di ripensamento. Ogni tanto la coscia destra sembrava addormentarsi; bastava però che mi alzassi sui pedali per qualche decina di metri per aiutarla a riprendersi, dando sollievo anche ai glutei che non erano ancora abbastanza torturati da tante ore di sella.

“Devo portare la bici dal meccanico”, mi ripetevo senza interruzione per tutta la salita. Lo scattare dei raggi e quei nuovi rumori e cigolii accentuati dalla spinta potente e necessaria a domare il pendio mi snervavano metro dopo metro. La discesa, come sempre pedalata a capofitto per alzare la media, rimandò il problema.

Ero a Recco. Una rapida conferma: “Ancora uno sforzo ... Polanesi ... !”, l'ultima salita sciogligambe prima del tratto d'Aurelia, che comprende il famigerato muro del pianto - così chiamiamo la rampa che apre l'accesso al centro abitato - ed un brevissimo rifornimento d'acqua nell'unica borraccia che avevo con me, senza neanche scendere dal sellino. Sotto casa il contachilometri segnava poco meno di cento chilometri, in un tempo di tre ore e cinquantatre.

Ho già fatto più di mille chilometri, in sella alla mia bici nuova fiammante. Quando andiamo in giro, io e lei, siamo soli e scorriamo sulla crosta della terra in mezzo ai friniti, ai cinguettii, alle fragranze della campagna ed alle interminabili scie puzzolenti lasciate dai camion dell'immondizia: quel giorno, ne incrociai ben quattro !