

## Paolo Barghini XX Marathon des Sables 2005

Aprile 2005 . XX Marathon des Sables. 250 km in autosufficienza in 6 tappe. Marocco. 28° assoluto . Miglior risultato di sempre di un atleta toscano. 6° classifica a squadre con il Carrara Team. Prima squadra Italiana.

La mia prima gara nel deserto. La Mds è la più importante gara estrema al mondo. Il suo format è stato copiato poi da tutte le altre gare estreme.

Arrivo dal bel risultato della 100 km del Passatore, ma sono un corridore di Maratone non di corse trail, anzi per la verità non ho mai fatto una campestre. Devo imparare a correre su terreni accidentati e sabbia e soprattutto correre con lo zaino. Un fardello con il quale dovrò imparare a convivere. La fortuna è quella di incontrare dopo il Passatore Ferdinando Vatteroni . Un mitico ironman, triatleta di livello internazionale che diventerà per me molto più che un allenatore...sarà la mia coscienza. La gara sarà ad aprile ma noi iniziamo la preparazione sei mesi prima. Siamo quattro amici intenzionati a fare bene. Non abbiamo la più pallida idea a cosa andiamo incontro. Passo giornate intere on line alla ricerca dei materiali migliori da usare: zaino scarpe ghette alimentazione. Fortunatamente il Ferdi si occupa delle tabelle di allenamento. E' fantastico e grazie all'aiuto del Dott. Giammattei ci mette in condizione già alla fine di dicembre di percorrere il 75% della distanza della Mds in una settimana. L'ultimo giorno corriamo la Maratona di Carrara in 3.15 con lo zaino gara da circa 4 kg. Un bellissimo risultato che festeggiamo con una bottiglia di Cristal .

Comincio a credere di poter fare una bella prestazione. Le incognite sono l'alimentazione e il peso dello zaino. Con l'esperienza odierna direi che abbiamo fatto un sacco di errori, ma è lo scotto dell'esordiente .

Arriviamo al giorno della partenza: aeroporto di Malpensa. Alla fine incontriamo il gruppo degli altri italiani. Vedere il mitico e leggendario Marco Olmo, il grande Stefano Sartori, uno specialista come Marco Gozzano fa un certo effetto.

Arriviamo alla fine al campo in Marocco un'attesa durata sei mesi è alla sua conclusione.

Scopriamo le tende berbere la sabbia le dune i controlli tecnici sul materiale, siamo come ragazzini ma finalmente si corre.

I tappa. Dopo infinite lungaggini per fare le foto si parte. Ci siamo ripetuti un'infinità di volte che dobbiamo essere prudenti all'inizio. Nessuno sa come reagirà nel deserto, al caldo alla sete. Parto deciso ma controllo le pulsazioni. La gente intorno a me corre come una forsennata. Sono con accanto il mio amico Massimino Vanelli. Andiamo regolari e piano piano iniziamo a risalire il gruppo degli 850 partenti. Iniziamo a passare il primo check point.....

...(il seguito prossimamente)