



Lipari 18 Aprile 2010

Finalmente il giorno tanto atteso da noi tutti..dopo tanti allenamenti...proprio ieri in data 18 aprile 2010 è arrivato..e soprattutto è finito alla grande!!

Abbiamo vissuto un'esperienza indimenticabile..un mare fantastico ma pieno pieno di meduse..un percorso ciclistico con paesaggi mozzafiato..l'ultima frazione podistica sul centro storico di via Vittorio Emanuele ma soprattutto sotto un incessante pioggia!!che dire..un half ironman all'ennesima potenza!!siamo diventati 6 mezzi uomini di ferro..anzi direi tre-quarti!!

Oltre la gara è stato proprio bello riunirci tutti..per 2 giorni..momenti che non dimenticheremo mai..a proposito..Ciccio dov'è??



Vorrei fare i complimenti a:

Giovanni Maremoto detto "Cancellata"..compare credimi mentre correvo a piedi l'ultima frazione..oltre a pensare alle mie gambe e sperare che nn mi cedessero proprio sul più bello..pensavo a te..al tuo timore prima della gara..ma sapevo che alla fine l'avresti conclusa...hai preso pure la coppa..molto sudata direi!!

Ciccio detto "U rului i panza..OKI..Aulin..Voltaren..U rimocchiiu"...ragazzi aggiungete pure..sei stato davvero bravo pur senza far colazione..poi mi spiegherai il perchè...hai concluso alla grande e soprattutto sembravi freschissimo!!

Biagio..detto "Biesse"..in questi 2 giorni ti ho conosciuto meglio..e devo dire che sei proprio un bravo ragazzo..oltre che un buon atleta..la tua terza frazione a piedi è stata fantastica sembravi fresco come una rosa...se migliorerai in bici (disponibile ad aiutarti e consigliarti)..entrerai nella top ten o addirittura five dei duathleti siciliani!!

Marco..detto "Il Guerriero"..che dire..ti consiglieri alcuni siti web dove poter acquistare un biglietto per Lourdes a poco prezzo..comunque a parte lo scherzo..ti ammiro per la serietà e la miticochezza che metti in tutto ciò che fai..e ricordati che se anche ieri non è andata proprio come volevi..come in passato lo eri anche adesso sei un campione..chi nasce in un modo non può cambiare!!sei un grande..i tuoi consigli sono sempre impeccabili!!

Orazio..detto "IronGisa"..non ci sono parole per ringraziarti per tutto ciò che hai fatto per me in questi 4 mesi di preparazione all'Eolieman..un programma perfetto (a proposito in questi giorni ti mando i resoconti delle ultime 3 settimane)..e consigli sempre azzeccati..se ieri mi sono piazzato nei primi 10 è merito TUO (certo potevo far meglio ma quando arrivano i problemi tecnici non si può far nulla..peccato ma va bene ugualmente)!!

Da quando ho iniziato questa nuova disciplina..circa 16 mesi fa..ma soprattutto negli ultimi 6 mesi..dentro me è scattato qualcosa..nuove sensazioni..che non mi capitavano dall'anno 2000/2001!!ieri negli ultimi metri..mentre percorrevo l'ultimo tratto in pavè..mi sono emozionato..piangevo come un bambino..in circa 60 secondi nella mia testa mi son venuti 3000 pensieri e ricordi..e soprattutto la consapevolezza di essere tornato competitivo quasi come una volta!!

Adesso ho un altro obiettivo..sai bene quale è..ci metterò l'anima per raggiungerlo..se metto in testa una cosa difficilmente non ci riesco ad ottenerla..se poi non ci riuscisci so almeno di averci provato con tutto me stesso!!ma con una preparazione adatta ci riuscirò..anzi con Marco ci riusciremo!!

Ieri ho apprezzato della mia performance la costanza che ho avuto in tutte le discipline..nn ho strafatto nè a nuoto nè soprattutto in bici..e sono proprio contento!!

Un abbraccio amici..

Sebastiano Foti