

RISTORI SÌ? RISTORI NO? RISTORI NÌ!

L'argomento sollevato da Pedemontano in merito ai ristori è di grande importanza per noi marciatori. Penso perciò di approfittare dell'invito fatto ai lettori da «Passo» per dire anch'io la mia.

E concordo con l'articolista che depreca gli sprechi e gli esagerati rifornimenti che alla fin fine vengono a gravare ugualmente tanto su chi si abbozza a crepelle come di chi tira via diritto, accontentandosi sì e no di una bibita da quattro soldi. Non arriverei però alla esagerazione opposta cioè alla abolizione completa dei rifornimenti come vorrebbe Maestri il quale propone che i partecipanti si rendano autosufficienti.

E' evidente che chi prende parte ad una marcia, che in molti casi può essere anche una corsa, deve potere trovare equamente distribuite lungo il percorso almeno le più comuni bevande quali brodo o tè caldi (ma non troppo caldi!), acqua, aranciata ecc. Per il resto sì ogni concorrente, purchè preavvertito, può provvedere per conto suo met-

tendosi in tasca qualche zolletta di zucchero o di destrosio se ama correre o portandosi la merendina al seguito o fermandosi di tanto in tanto in qualche osteria, se preferisce effettuare il percorso passeggiando.

Questo dei rifornimenti spartani limitati praticamente alle sole bibite e, al massimo, alle zollette di zucchero e a qualche fetta di limone è il sistema generalmente usato all'estero nelle competizioni podistiche e sciistiche.

Chi non conosce tali abitudini le prime volte ci rimane un po' male ma poi impara a regolarsi in conseguenza.

Auspicherei quindi che, in medio stat virtus, le associazioni sportive adottassero il sistema dei rifornimenti limitati più o meno alle sole bevande, zucchero e limone a condizione naturalmente che la minore spesa a carico degli organizzatori non risulti a loro esclusivo beneficio ma serva a diminuire adeguatamente la quota di partecipazione alla marcia.

Eventualmente per i più esigenti che per percorrere pochi chilometri hanno assolutamente bisogno di riempirsi lo stomaco di panini imbottiti e simili, si potrà, qualora non ci siano negozi aperti lungo il percorso, organizzare qualche bancarella dove possano essere fornite a pagamento alcune cibarie.

Carlo Giacomelli

