

Il personaggio

Un simbolo dello sport



Alex Zanardi impegnato in allenamento: in un anno ha percorso 7.500 chilometri con la sua hand bike

I magnifici 50 anni di Alex Zanardi Campione che ha vissuto due volte

Compleanno. Quindici anni fa ha perso le gambe in un incidente automobilistico di Formula Cart. E si è reinventato la vita: in due Olimpiadi ha conquistato 6 medaglie. Anatomia di un fenomeno

ERBA
ERNESTO GALIGANI

Alex Zanardi oggi compie 50 anni. Come tanti altri. Anzi, no, non è vero. Lui non è come gli altri. Ma non perché ha lasciato le gambe sulla pista tedesca di Lausitzring, in una domenica pomeriggio di 15 anni fa, durante una gara di Formula Cart, la F1 americana. No, che c'entra, quello è soltanto un calcio di rigore sbagliato e il cantautore lo aveva messo in versi un sacco di tempo fa che "un giocatore non si giudica da un calcio di rigore"...

Chiedetelo un po' al suo trainer Francesco Chiappero e agli esperti della equipe Enervit, l'azienda di Erba che lo segue e lo supporta da anni. Fatevi spiegare da loro che cosa vuol dire percorrere 7.500 chilometri su una hand bike – le biciclette alimentate dalla sola forza delle braccia – e dedicare 400 ore di allenamento in dieci mesi per inseguire il sogno di partecipare alle Paralimpiadi di Rio de Janeiro.

Diverso da tutti noi

E poi tornare a casa, da quell'avventura, con due medaglie d'oro e una d'argento al collo, sotto lo sguardo ammirato dell'Italia intera. Che magari non sa che cosa significhi esprimere durante una competizione ciclistica una potenza di 326 watt medi con picchi di 970 ma che, chissà, ne frega, suona proprio bene.

Ecco perché Alex Zanardi non è come il cronista. E neppure come voi che state leggendo. La disa-

bilità è soltanto un "inciampo", una condizione nella quale si è ritrovato per un crudele scherzo del destino ma non deve essere il metro di giudizio dell'atleta, e neppure una sorta di anestetizzante di ogni risultato conquistato.

Del resto, possiamo anche dircelo fuori dai denti. C'è molta prosopopea negli articoli che vengono dedicati alle persone che hanno dovuto fare i conti con quello che farsaicamente definiamo la disabilità e che pure non si sono rassegnati a vivere della pietas altrui. Parole gonfie di retorica, penne intrise nella melassa, quasi che il disabile sia campione proprio in quanto disabile. E non, invece, in

La rinascita, i sacrifici, i legami con il Comasco. E le sue battute sulla disabilità

quanto campione.

Alex Zanardi tutto ciò lo sa bene. Cifa i conti da quel 19 settembre del 2001. Lo raccolsero con il cucchiaino, un pezzo di corpo da una parte e le gambe dall'altra. Un prete, mentre i medici cercavano di frenare l'emorragia con la cintura dei pantaloni, gli diede l'estrema unzione con l'olio motore. E quando arrivò in ospedale dopo 55 minuti di elicottero e tre arresti cardiaci, gli era rimasto un litro di sangue nelle vene. Se non ti chiami

Zanardi non vivi con un solo litro di sangue.

Forse per questo, questi momenti Alex li racconta così – con disarmante semplicità – quasi appartenessero ad un altro e lui fosse un cronista di quelli che non indulgono negli aggettivi. Probabilmente, invece, è il suo modo per non essere giudicato come un sopravvissuto ma come un campione vero, sia pure con due gambe in meno. E dovrebbe essere pure nostro, quel metro di giudizio.

«Più gambe che testa»

Quando Alex sale sul palco di un teatro, di una convention, di una delle riunioni organizzate da Enervit, è un fiume in piena. Lo era da ragazzino, quando papà Dino lo mise su un kart per evitare che andasse in giro a far disastri con il motorino «perché in pista non ci sono vecchiette che attraversano la strada e vanno tutti nello stesso senso di marcia».

E lo è adesso, con quella pronuncia a metà trail meccanico delle officine e il bagnino romagnolo. Ciri de su, di quei ricordi lontani, quasi a spiegare a chi lo ascolta che il loro giudizio deve andare oltre le due protesi e le stampelle che lo accompagnano. «Mia moglie Daniela – è la battuta che fa venire i lacrimoni dal ridere – dice sempre che ho più gambe che testa».

El agente capisce, a quel punto. Che partecipare le gare di triathlon o al massacrante Iron Man, sedere su quelle hand bike altezza asfalto e inerparsi su per il Porcillo, il Sella e il Gardena con i 9 mila



Alex Zanardi mentre taglia il traguardo alle Olimpiadi di Rio 2016

compagni di viaggio della Maratona delle Dolomiti sono imprese da campione vero. Lo spiegano bene anche i medici, i preparatori e i nutrizionisti di Enervit, che sono stati i primi probabilmente a capire le potenzialità di quell'uomo che – battuta per battuta – è tutto d'un pezzo. Altro che balle.

Battutista da palcoscenico? Non scherziamo, è solo vita reale. Il cronista che, a margine di una conferenza stampa, gli chiedeva un selfie, invitandolo a rimanere seduto per non stancarsi ulteriormente, ricevette una risposta tranchant: «Certo che mialzo, non sono mica un handicappato»... E giù una risata omerica, una di quelle che – diceva il comico – vi seppellirà.

E ci seppellirà tutti anche il libro appena arrivato in edicola,

L'azienda di Erba

La Enervit lo racconta con un film

«50 x Rio» è il titolo del film che alla fine di novembre andrà in onda su Sky per celebrare Alex Zanardi. E 50 sono gli anni che il grande olimpionico ha messo in campo a Rio per riuscire a conquistare due ori e un argento. Che insieme a quelli vinti a Londra 2012 fanno 6 medaglie olimpiche: 4 ori e 2 argenti. Se il film documentario, scritto da Giorgio Terruzzi, diretto da Francesco Mansutti, prodotto dalla Enervit Comunicazione capitanata da Marina Petrone, è un «viaggio dentro il viaggio che porta Alex Zanardi a correre per l'oro di Rio nel momento in cui compie 50 anni» per dirla con le parole dell'autore, il lungo periodo di preparazione fisica e mentale, l'alimentazione quotidiana, l'integrazione ad hoc sono frutto di un appassionato lavoro svolto da Francesco Chiappero, il suo preparatore atletico, insieme agli esperti dell'Equipe Enervit. Un team composto da medici, preparatori atletici, biologi nutrizionisti e atleti il cui scopo,

da 40 anni, è quello di soddisfare le esigenze degli sportivi e non solo. C'è riuscito con i campioni di ieri. Ce l'ha fatta oggi con Zanardi.

Il film è il racconto di un'impresa sportiva ma soprattutto scientifica. A partire dall'allenamento: rigoroso, dettagliato, altamente personalizzato. All'alimentazione quotidiana: attenta, calibrata, ancora una volta personalizzata. All'integrazione: precisa, puntuale, sempre più personalizzata. Zanardi, seguendo le indicazioni del suo trainer, Francesco Chiappero, anche lui parte dell'Equipe Enervit, ha imparato a gestire molto meglio il suo motore partendo dall'alimentazione. Così, due anni fa, sotto l'attenta guida dell'Equipe Enervit, ha iniziato a curare quello che ogni giorno metteva nel piatto, senza lasciare nulla al caso. E lo ha fatto non solo prima, durante, dopo l'attività, ma nella vita di tutti i giorni. Una regola valida sempre, a maggiore ragione a 50 anni. Gli esperti dell'Equipe Enervit, seguendo le linee guida della strategia alimentare Zona, hanno messo a punto il piano nutrizionale perfetto per il campione. Con il risultato che a Rio, Alex è andato meglio che a Londra. A dispetto dei 4 anni in più.

sua strada l'ha trovata da subito.

Ci piace pensare che su una cosa ci siamo sbagliati. Quando scende dalla sua hand bike, o chiude la porta di casa dietro le spalle, anche Alex Zanardi torna ad essere un uomo come gli altri. Nessuno che gli abbia mai chiesto se anche lui è capace di piangere. Ne resterebbero sorpresi, gli adulatori un tanto al chilo, di sentirsi rispondere quello che ha raccontato di sfuggita in qualche conferenza. «Certo, le protesi mi danno fastidio. Immagino sia come per una donna che indossa il tacco 12. Quando sto in piedi tutto il giorno arrivo a casa stanco e non vedo l'ora di togliermele. Tutte le volte mi fa male l'osso ischiatico e nei punti in cui le protesi sfregano sulla pelle, tendo a spellarmi». E magari scrive – lo ha fatto qualche anno fa – dei momenti di sconforto, del magone nel vedere due ragazzi fare jogging in un prato, della vana ricerca di quel conforto ultraterreno che invece non ha mai trovato perché il buon Dio – parole sue – «ha ben altro cui occuparsi che delle gambe di Alex Zanardi».

L'impegno per gli altri

Uomo sempre, compatito mai. Uomo quando parla della sua associazione Bimbingamba – una battuta politicamente scorretta, prima che un manifesto di solidarietà – che compra e fa montare protesi sui bimbi africani (e non solo) che non ha mai lasciato le gambe e braccia non su un circuito automobilistico ma su una mina anti-uomo. Uomo quando si scopre che i proventi delle sue chiacchierate pubbliche vanno proprio all'associazione, che una gamba finta costa più di un pallone ma riempie infinitamente di più la vita di chi se la ritrova attaccata.

Ha detto, come ideale e più efficace riassunto di queste 1.300 parole: «Io non sono superman, sono solo un tipo ottimista che ha avuto una vita meravigliosa e che continua ad averla. Ma, in ogni caso, non prendetemi troppo sul serio». E allora auguri, Alex. Se lo dici tu, dev'essere vero per forza.

egaligani@laprovincia.it