

I fratelli che fecero l'impresa



ANNE MARIE E ULRICH GROSS HANNO VINTO LE RISPETTIVE CLASSIFICHE DEL TOR DES GÉANTS, IL TRAIL PIÙ LUNGO DEL MONDO. DA COSA NASCE QUESTA DOPPIA VITTORIA? E COSA CI INSEGNA?

PIETRO TRABUCCHI
www.pietrotrabucchi.it
FOTO: ZANARDI/STILL PHOTO

Anne Marie e Ulrich Gross sono due fratelli altoatesini, originari della Val Sarentino. Hanno rispettivamente 41 e 38

anni e non sono degli atleti professionisti, almeno non nel senso dei guadagni che ricavano dall'attività sportiva. Anne Marie ha lavorato come domestica, come barista, poi ha raccolto mele e fatto l'operaia. A trent'anni ha ripreso la scuola e ha conseguito il diploma di assistente domiciliare. Da allora lavora per i servizi sociali, recandosi al mattino a fare visita agli anziani semi-autosufficienti e nel pomeriggio occupandosi di famiglie con bambini portatori di handicap.

È sposata con Herbert. Anche Ulrich è sposato e ha due bambini. Nella vita si occupa della manuten-

zione di condomini e stabili. Entrambi sono atleti della squadra nazionale di ultramaratona e corrono la specialità delle ventiquattro ore.

Da umili "eroi" di una disciplina durissima ma sconosciuta, i due Gross sono improvvisamente saliti alla ribalta mondiale dello sport di *endurance* perché hanno compiuto un'impresa storica: lo scorso settembre si sono aggiudicati entrambi i podi, quello maschile e quello femminile del Tor des Géants, la gara di trail più lunga e dura al mondo. Anzi, sarebbe più corretto dire che si sono aggiudicati il podio femminile e maschile. Anne Marie ha compiuto

to un'impresa nell'impresa: è arrivata prima tra le donne, ma anche quarta assoluta tra gli uomini. Si tratta, come se ce ne fosse ancora bisogno, dell'ennesima conferma del valore delle ultramaratonete italiane, che si collocano ai vertici mondiali in tutte le discipline.

Ogni tanto nel nostro paese qualche esperto di turno cerca di spiegare lo strapotere degli atleti africani nelle discipline di resistenza come frutto di qualità genetiche o di particolari caratteristiche fisiologiche. Io sono d'accordo con Renato Canova (che di atleti africani se ne intende) quando sostiene che le differenze sono culturali. È differente l'approccio alla fatica, ai sacrifici, all'impegno, non la struttura dei mitocondri. Tant'è che anche da noi, quando l'ambiente socio-culturale fornisce stimoli ed esperienze di vita simili a quelle dei bambini degli altipiani africani, anche da noi compaiono atleti paragonabili agli africani.

Con Anne Marie e Ulrich ci conosciamo e lavoriamo insieme da un paio di anni. Ho avuto l'onore di ospitare i due fratelli a casa mia per alcuni giorni dopo il Tor des Géants. Ho colto l'occasione per farmi raccontare meglio la loro vita, il loro approccio alla corsa, i loro metodi di allenamento.

Mi ha colpito come le radici della loro motivazione allo sport nascano da esperienze iniziali di assoluto gioco e divertimento e non di ricerca della prestazione o di coazione all'allenamento. Questo è un elemento che dovrebbe far riflettere tutti i genitori che spingono i propri figli a fare sport con un approccio solo competitivo. Questo approccio è fallimentare e produce, a lungo termine, disgusto e abbandono della pratica sportiva.

L'altra cosa che mi ha fatto riflettere sta nella forza di certi modelli culturali: per costruire un apparato fisico e mentale capace di gestire fatica e sofferenza per 80 ore di seguito con solo un'ora e trenta di pausa (il tempo di Ulrich al Tor des Géants) non occorre far crescere dei bambi-





ni in situazioni discutibili di povertà e sofferenza. Si può crescere anche immersi in un'infanzia felice e spensierata: l'importante è che siano presenti modelli di gestione serena delle difficoltà della vita.

Come è nato il vostro rapporto con la corsa?

Anne Marie: «La mia prima corsa è stata quella di paese a Sarentino. Avevo otto anni. Richard, il nostro fratello maggiore, è stato il nostro primo istruttore di atletica. Si è inventato tale, ma era solo pochi anni più grande di noi. Ci portava vicino al torrente e con i sassi del fiume ci faceva fare il lancio del disco. Faceva con i rami degli ostacoli da saltare.

Poi siamo entrati nel club di atletica locale. Ci si allenava una volta alla settimana. Per noi era soprattutto gioco, divertimento. Il senso dell'allenamento è arrivato dopo. Al club avevamo un vero allenatore. Ci diceva: "Correte fino a lì, fate questo giro". Noi, appena girato l'angolo, ci fermavamo a giocare, a ridere e scherzare. Dopo un po' dicevamo: "È passato abbastanza tempo. Torniamo". Lui non se ne accorgeva o non voleva accorgersene.

Alle gare non ci accompagnava nessuno. Solo l'autista del pulmino. Non come oggi che sembra che la gara la facciano i genitori. Era davvero solo un'avventura. Si partiva di colpo, sulla linea di partenza con ancora il gelato in mano».

Ulrich: «Abbiamo avuto la pos-

sibilità di conoscere l'Alto Adige grazie alla corsa. I nostri genitori non avevano la macchina. Quindi andare alle gare era l'unica possibilità di uscire dalla valle di Sarentino, di vedere posti nuovi, di conoscere altri bambini. Eravamo – come ha detto Anne Marie – tre fratelli. Per me all'inizio era un gioco, non c'era la ricerca del risultato e nemmeno un vero e proprio allenamento. A me correre però riusciva bene. Io a casa ero quello che correva sempre a riprendere il pallone, quando usciva dal campo e rotolava giù dal pendio. Oggi dopo dieci volte nessuno va più a riprenderlo. Ma io ci andavo anche più di cento volte al giorno. Era l'unico gioco che avevo».

Da quello che raccontate i lettori possono pensare che abbiate avuto un'infanzia dura, priva di tante cose che oggi sembrano scontate.

AM: «No, abbiamo avuto un'infanzia felice. Semplice, questo sì, ma felice. Giocavamo con i vicini di casa. Eravamo sempre fuori, per la campagna».

U: «Credo che oggi si sia più infelici di allora. Oggi la gioventù ha troppo e si lamenta subito. Una volta non si aveva nulla o comunque poco, ma la gente era più felice e non si lamentava come adesso. Nostro papà abitava a trenta chilometri da Bolzano. Due volte al mese andava in città a piedi. Caricava il cavallo di roba da vendere, faceva trenta chilometri tirandoselo dietro, vendeva tutto e

comperava le cose da mangiare che ci mancavano al maso. Dopodiché ritornava indietro a piedi lo stesso giorno. Sessanta chilometri al giorno, tirandosi dietro un cavallo carico. I vecchi non avevano niente eppure non si lamentavano mai. E quello che facevano, lo facevano con gioia. Oggi ci si può suicidare per un semplice contrattempo».

Come vi allenate attualmente? Avete qualcuno che vi segue, un allenatore?

U: «Da adulto ho avuto due allenatori, due tecnici molto competenti. Ma oggi mi trovo meglio ad allenarmi da solo, a gestirmi in autonomia. Certi allenamenti li faccio proprio in solitudine, soprattutto quelli di velocità e le ripetute. I lunghi li faccio invece insieme a mia sorella. Mi piace di più fare in modo autonomo, gestirmi da solo: il giorno che non ho voglia di correre non vado, oppure esco in bici. E non devo chiamare nessuno per deciderlo. Mi controllo da solo».

AM: «Negli allenamenti ho fatto anch'io sempre da sola. Non ho mai avuto allenatori da grande. Su certi lavori chiedo a Ulrich. Mi piace gestirmi da sola. Non uso l'orologio e corro a sensazione».

E, alla fine, il Tor des Géants cosa vi ha lasciato?

U: «È strano, ma quando vado a dormire lui mi torna sempre in mente. Prima di addormentarmi finisco sempre per pensarci. L'anno prossimo vorrei assolutamente tornarci».

AM: «Mi sono rimasti tantissimi bei ricordi. A volte mi pare incredibile ricordarmi così nitidamente tanti particolari di una gara così lunga. Penso di ritornarci l'anno prossimo, anche se le riconferme sono sempre più difficili degli esordi: perché le aspettative che la gente ripone su di te tendono a schiacciarti». **G**