



Questa mattina ci ha lasciati [Luciano Calloni](#), una brava persona.

Carismatico, solido, di cuore.

Con lui se ne va un pezzo della mia giovinezza, ricordi all'Atletica Buscate quando ancora studiava per diventare medico, e tre giorni alla settimana allenava noi per partecipare alle gare locali.

Ti ho tanto ammirato e ti ho voluto bene.

Ciao,

Nota: Vi racconto un pochino chi era con parole che avevo messo in un cassetto, qualche anno addietro ...

### *L'Atletica Buscate*

Negli anni settanta la tv trasmetteva vivaci e patinati spettacoli di varietà serali.

Le tornite ballerine di fila tutte lustrini e piume di struzzo si muovevano aggraziate su semplici coreografie, eseguivano scatenati passi rock indossando i costumi di scena multicolori, o facevano da cornice ai comici e alle subrettine. La mia iniziale attitudine al canto si trasformò prontamente in voglia di imparare a ballare, aspirando a essere una di quelle ballerine eleganti, coordinate, ammirate.

Ovviamente queste erano frivolezze assolutamente non contemplate in una famiglia di tradizione fascista come la mia, dove il ballo non era Arte ma perdizione certa, e dove gli unici movimenti ai quali *una giovine* poteva avvicinarsi erano quel sano esercizio mirato al mantenimento di una buona condizione fisica generale. Per di più scuole di danza attorno non ce n'erano – neanche a parlarne di cercarne una vicina a Legnano o Busto - e perciò, alle prime avvisaglie di frenesia da movimento, l'iscrizione nelle file dell'Atletica Buscate insieme ai miei fratelli più piccoli fu automatica.

Il vero scopo della neonata società sportiva era occupare i pomeriggi delle giovani leve con un'attività pomeridiana sana, e che facesse bene ai piccoli fisici in crescita era un di più: ritrovarsi per fare sport era il pretesto per tenerci lontani dai pericolosi diversivi di paese – quali diversivi ?! - e sostanzialmente un modo per socializzare.

Una cinquantina di ragazzi delle scuole elementari e medie si erano iscritti, perlopiù figli delle persone che avevano dato vita all'associazione e la sostenevano economicamente. Tre volte a settimana dunque, dalle sei e mezza alle otto, nell'unica palestra del paese - quella delle scuole elementari - quattro volontari assoldati come allenatori ci facevano fare ginnastica e ci istruivano alla meglio sulle specialità di atletica leggera: la corsa di fondo, mezzofondo e velocità, la marcia, la corsa campestre, la corsa ad ostacoli, il salto in lungo e in alto, il lancio

del peso e la staffetta.

Si giocava poco a calcio, solo qualche partitella nel campetto centrale a fine allenamento, tra i ragazzi più grandi e gli allenatori, mentre noi bambine osservavamo ai limiti del campo da pallavolo coperto le ragazze più grandi di noi che si allenavano, ed erano una squadra forte nell'ambiente delle competizioni, dove gareggiavano con professionali maglie numerate e sponsorizzate.

All'Atletica era tutto un gran correre: nella prima mezz'ora si riscaldavano i muscoli con una corsa di fondo, e un passo lento ma costante aveva infine abituato il fisico allo sforzo continuo, risultando ormai come una passeggiata leggera. A seguire c'erano degli scatti mirati al potenziamento dei muscoli, che in realtà li infiacchivano irrimediabilmente, e nella mezz'ora successiva tiravamo un po' il fiato con esercizi di ginnastica - oggi si chiamerebbe stretching - per tonificare ed allungare i tessuti, un breve attimo di sollievo prima del lavoro vero e proprio.

Il lavoro pesante era infatti l'allenamento personale per l'attività scelta, o propinata, in base alle attitudini o conformazione. Ognuno ci si dedicava singolarmente, seguito da vicino da uno dei quattro, a meno che non fosse periodo di corsa campestre, cioè inverno pieno, quando il respiro più caldo dell'aria esterna, uscendo dalle labbra, formava nuvolette visibili e l'aria gelida dopo un attimo di corsa ti si ghiacciava in gola e ti faceva mancare il respiro.

In quel periodo tutto il gruppo si allenava insieme nella corsa di fondo, una specialità massacrante, e a tradimento spuntavano anche quei temibili giubbini di cotone grezzo forniti di tasche sul davanti, riempite con uno o due kg di sabbia presa dalla buca dei piccoli nel cortile della scuola, e indossati a turno per "fare il fiato", perdere peso, rimanere agili correndo di buon passo attorno all'isolato.

Gli allenatori attendevano il nostro passaggio davanti all'ingresso principale della palestra.

L'anello di isolato attorno al plesso misurava all'incirca 600 metri, percorribili in circa 7 minuti, per una mezz'ora in totale, e non era facile controllare che cinquanta di noi tra adolescenti e piccoli passassero tutti per di lì durante i cinque giri previsti: con età e forza fisica diversa sfalsava i tempi. Ma i più grandicelli e scaltri, sopraffatti dalla fatica - insieme ai più innamorati in attesa del passaggio dell'amata - cominciarono a fermarsi all'altezza del lato opposto,

all'ingresso secondario (quello della scuola media) stazionando per uno o due giri per poi ripartire come se niente fosse. Se possibile c'era una generazione ancor più furba: si fermava al primo giro e all'ultimo scavalcava la cancellata, passava dal cortile interno centrale, e raggiungeva un punto nascosto nei pressi dell'arrivo, tagliando di fatto a metà il percorso, e sbucando in prossimità degli allenatori. Ad uno ad uno, tutti più o meno approfittammo dello stratagemma.

Seduta da una parte vedevo i ragazzi più grandi avvicinare le loro coetanee in modo buffo e provare a corteggiarle. Anche a me piaceva un ragazzino, uno dei più ambiti del gruppo, che raramente mi rivolgeva la parola essendo io la più piccola tra le sue fans: non mi vedeva nemmeno, credo mi considerasse un impiccio. Era ambito perché era un bel tipo, moro, magro, alto e ci sapeva fare, sembrava uno di esperienza, per quanta esperienza si potesse avere a 13 anni ... mi accontentavo di guardarlo da lontano quando correva, saltava - salto in lungo - e faceva lo stupido con le altre ragazze fin quando mi veniva il nervoso e me ne andavo via.

Un giorno successe un fatto. Si disse che qualcuno di più ligio d'altri al dovere (forse solo più invidioso) spifferò la notizia del pit-stop. Più probabilmente assottigliandosi via via il gruppo qualcuno dev'essersi chiesto la ragione e a sorpresa, una sera, il Luciano si presentò all'ingresso opposto trovandoci seduti a chiacchierare e a riposare, qualcuno anche a fumare. S'innescò un fuggi fuggi che non servì perché un comitato di benvenuto ci attendeva già all'arrivo.

Anche in quell'occasione il gruppetto dei più scaltri la fece franca scavalcando e fuggendo nel buio attraverso il campo di calcio centrale. Arrivati allo spogliatoio si rivestirono come per la fine dell'allenamento, e asserendo di essere arrivati molto tempo prima se la cavarono.

Manco a dirlo che per gli altri fu uno scandalo. Ci fu una punizione esemplare: i giri persi furono immediatamente recuperati nel doppio della misura; nei due mesi successivi ogni disertore identificato recuperava i giri che si supponeva avesse perso al ritmo di un paio in più a serata, da effettuare naturalmente al termine dell'allenamento abituale; si organizzarono turni di pulizia della palestra, dell'attrezzatura, dello spogliatoio nella giornata di sabato, ai quali i disertori erano soggetti a gruppi di tre. In tutto questo la buona notizia fu che nessuna famiglia venne informata del fatto. A casa sarebbero stati guai ben più seri.

*Lo stile* nella corsa era il pallino del coach Luciano, studente di medicina all'ultimo anno, divenuto poi un apprezzato dermatologo e per un lungo periodo anche Sindaco: la corsa doveva essere elegante e sciolta, le braccia piegate e ben aderenti al busto, la falcata regolare e la bocca non spalancata anelante all'aria in difetto, ma semichiusa, in una forma che ricordava gli anelli di fumo del Brucaiffo di Alice nel Paese delle Meraviglie. L'unico che ci

riusciva bene era il Mauro, a cui tutti dovevano ispirarsi: “ Guarda il Mauro, va che classe ” ci diceva il Luciano mentre lui passava di lì, col risultato che non solo non lo vedevo come esempio, ma mi sentivo così inadeguata e ancora più piccola di quel che ero. Mauro non era di molto più grande di me, avevamo solo qualche anno di differenza, ma sembrava un gigante facilitato com'era dalla sua statura, forza e da una proporzione ed eleganza innate. Aveva la bellezza di una statua greca. Sembrava nato per correre.

Tra le ragazze Monica aveva una resistenza pari a quella maschile nella corsa di fondo; Antonella era un asso nel getto del peso, Fabrizio saltava in alto come una molla e Stefania era la più brava in velocità: l'Usain Bolt – nuovo primatista mondiale a Pechino - di quegli anni. E io? Io risultavo poco: provavo a saltare in alto con risultati scarsi, partecipavo alle corse campestri invernali rischiando il congelamento a mani e piedi, nella velocità avevo i tempi di una lumaca. Insomma, non trovavo la mia strada. Forse non avevo imboccato la strada buona ... a me piaceva ballare!

Nelle belle giornate primaverili e autunnali il Luciano ci portava ad allenarci nei boschi e nei campi.

Eravamo un gruppetto di ragazzi in pantaloncini blu e maglietta bianca, le scarpe da ginnastica ancora anonime e per nulla tecnologiche. Il ritrovo era come sempre alle sei e mezza fuori dalla palestra della scuola e ci riscaldavamo i muscoli correndo un po' per le vie del paese, sotto gli sguardi orgogliosi ed ammirati dei passanti, per poi prendere la direzione dei boschi, dei prati, della campagna.

L'allenamento duro fatto insieme rafforzava in noi lo spirito di gruppo e irrobustiva di molto il fisico. Correavamo per un'ora su stradine dissestate, nel sottobosco sconnesso e sulle zolle di terra dei terreni arati profondamente dai trattori, sino alle chiuse delle adacquatrici mediane del Canale Villorosi, dove sostavamo dieci minuti a riprendere aria. Ogni volta i ragazzi si sfidavano a buttarsi nell'invaso d'acqua fresca che fungeva da snodo, o sfidavano le ragazze a buttarsi per poi seguirle, ma erano solo spaccionate e tornavamo sempre tutti asciutti ...

*Ciao Luciano! E' stato bellissimo, grazie.*