

## MARATONA DI CRACOVIA

16^EDIZIONE 30 APRILE 2017

Il gruppo sportivo Asd Avis Oggiono si distingue, fra molti, per il suo spirito organizzativo e per le interessanti proposte di corse competitive e non.

Le comunicazioni, all'interno del gruppo, sono puntuali e precise in ogni dettaglio.

In aprile, in molti abbiamo aderito all'iscrizione per la maratona di Cracovia e la società ha predisposto trasferimenti, sistemazioni in hotel, visita guidata della città e dei luoghi storici.

Sabato 29 aprile ci ritroviamo alle 7,30 nel parcheggio del Millepiedi, a Oggiono. Con il pullman raggiungiamo l'aeroporto Malpensa. Il volo Easy Jet parte alle 10,45.



Alle 12,40 atterriamo all'aeroporto Giovanni Paolo II/Balice.

Cracovia dista solo tredici chilometri; con il bus, prenotato in precedenza, arriviamo all'hotel Polonia e Basztowa, tre stelle.

Sistemati i bagagli, ci troviamo tutti per andare al palazzetto Expo Marathon, circa tre chilometri a piedi.

Cracovia è stata la capitale della Polonia sino alla fine del XVI secolo, quando il centro politico si spostò a Varsavia.

Nel 2000 fu selezionata come capitale europea della cultura.

È una città tranquilla, molto pulita, con ampi parchi ben curati.



Dopo il ritiro pettorale, all'esterno, c'è un pasta party per tutti i runners.

Ritorniamo verso il centro di Cracovia, il cuore medievale, dichiarato Patrimonio Unesco.

Entriamo nella piazza Rynek Glowny, antico mercato cittadino, che risale al lontano 1257, la più grande d'Europa, punto nevralgico della vita pubblica, culturale, commerciale di Cracovia.



Sul lato nord est della piazza sorge la chiesa dedicata alla Vergine Maria, l'interno è splendido, con decori e dipinti multicolori.

Imponente è l'altare di Veit Stoss, scolpito in legno, d'arte gotica, terminato dopo dodici anni di lavoro.



Sulla piazza si affacciano anche il municipio e la chiesa di Sant'Adalberto, X secolo.

In un angolo della piazza si può vedere una grande testa, dono alla città dell'artista Igor Mitoraj.

I giovani si ritrovano alla "testa di bronzo", che rappresenta "eros bendato".

A ovest della piazza inizia la città universitaria con il Collegium Maius, dove studiò Nicolò Copernico; oggi è un museo.

A Cracovia, nel 1364, il re Casimiro, il Grande, fece costruire l'Università Jagellonia, la seconda fondata nell'Europa centrale, dopo Praga.

Più di 130.000 studenti frequentano l'università, uno su sei; la facoltà più notevole è medicina.

L'intero centro storico è circondato dal parco Planty, seguendo il tracciato delle vecchie mura della città.

Domenica mattina a piedi, in pochi minuti, arriviamo in centro.



Partenza e arrivo della maratona sono nella piazza medievale, già piena di runners in movimento.

Consegniamo le borse per il cambio dopo gara e iniziamo a riscaldarci, per non avvertire il freddo, ci sono solo dodici gradi, il cielo è grigio e inizia a piovere.

Alle nove tutti pronti per una nuova impresa, un'altra sfida con se stessi, anche se si corre tra una moltitudine di persone.

Percorriamo il centro storico tra gli applausi del pubblico, per poi deviare fuori, tra il verde dei parchi e lungo il fiume.



I colori delle nostre magliette si specchiano sull'asfalto bagnato, nelle pozzanghere riempite dalla pioggia continua.  
Il percorso presenta qualche salita, falsipiani, sottopassaggi, ponticelli, ricco di scorci panoramici di rilievo.



I fotografi sono al riparo dalla pioggia, pronti a immortalare noi runners.  
 I ristori sono numerosi e con tantissimi volontari.  
 Il silenzio, che caratterizza questa maratona, ci permette di concentrarci sulla gara.

Qualche sporadica banda ci allietta con una piacevole musica, mai tanto rumorosa.

Un senso di tranquillità ci accompagna lungo i due giri di ventun chilometri, quasi tutti in un ambiente verde, ben curato e piacevole, lungo il fiume Vistola.

Un cartello tra il pubblico attira il mio sguardo;  
 KEEP CALM AND RUN

L'organizzazione di questo evento sportivo è ottima.

Cracovia, nel 2014, fu eletta Città Europea dello Sport, per la continua attenzione alle svariate attività sportive e al grande impegno nel migliorarne le infrastrutture.

Il pubblico, composto e caloroso, ci supporta con entusiasmo:

DALEJ DALEJ - VAI VAI

Io rispondo sempre:

PZIEKUJE (pronuncia Giancuià) - GRAZIE

Sono le prime parole che imparo quando corro una maratona all'estero.

Su un altro cartello leggo:

SMILE

YOU PAID TO DO IT

Sorridente, mentre penso che il costo d'iscrizione alla maratona di Cracovia sia incredibilmente basso, appena undici euro per correre in una città ricca di storia e di cultura.

Infatti, il motto di questa quarantadue è:

## THROUGH HISTORY

Dopo un doloroso evento nella mia vita, a dicembre dello scorso anno, in febbraio ho ripreso a correre.

Ancora una volta si ricomincia; il cammino è appena iniziato.  
È il cammino della vita che si racconta con il cuore,  
che ti regala amicizie profonde, grandi emozioni, frazioni di felicità.  
Tutto questo è la corsa, similitudine di vita.

All'arrivo, nella maestosa Piazza del Mercato, guardo il cielo meno grigio, e con grande emozione, dedico questa maratona alla persona che non è più con me.

Nel pomeriggio il cielo si fa sereno ed è piacevole passeggiare per le strade del centro, pavimentate con belle pietre lastricate su cui i palazzi imponenti vi lasciano le loro ombre.

Si colgono la magia e l'atmosfera del passato.

Trascuriamo la serata in un ristorante tipico di Cracovia, dove si possono gustare alcune specialità come i Piroghi, ravioli ripieni di formaggi, carne o altro, la Barszcz, una zuppa di barbabietole e ravioli, la Chłodnik, una minestra fredda di latte cagliato e il Bigos, un sostanzioso stufato di carne.  
Durante la cena ascoltiamo musica dal vivo, mentre un gruppo di polacchi, con i costumi tradizionali, danza agilmente.

Lunedì è la giornata dedicata al triste passato storico...

In pullman, con una guida in lingua italiana, dopo dieci chilometri a est del centro medievale, raggiungiamo Nova Huta (nuova acciaieria), il quartiere proletario di Cracovia.

L'imprenditore tedesco Oskar Schindler acquistò, a basso costo, una fabbrica, dove produsse pentolame e poi munizioni.



Durante la seconda guerra mondiale, Schindler salvò circa 1.100 ebrei dallo sterminio, impiegandoli nella fabbrica.

Lo scrittore Thomas Keneally ne scrisse un libro: *La lista di Schindler*, dal quale fu tratto il film con l'omonimo titolo.

Nel settanta, qui si raggiunse una produzione di sei milioni di tonnellate l'anno, con disastrose conseguenze sull'ambiente, (vi lavoravano in trentotto mila).

Oggi la fabbrica è un museo sulla città di Cracovia e sulla cultura della comunità ebraica.

Ospita un'esposizione dedicata all'antica fabbrica e una mostra biografica su Oskar Schindler.

ŻYCIE MA SENS, DOPÓKI SIĘ KOGOS RATUJE  
LIFE MAKES SENSE AS LONG AS YOU SAVE PEOPLE

Oskar Schindler



KTO RATUJE JEDNO ŻYCIE,  
RATUJE CAŁY ŚWIAT

Talmud

A ile światów uratował Oskar Schindler?  
Gdyby nie on, nie byłoby nie tylko mojej rodziny,  
ale też naszych potomków – mojej córki  
i moich dwóch wnuków, dwóch synów mojego  
brata Rysia, dzieci mojego kuzyna Ojka,  
[...] dzieci i wnuków innych uratowanych  
przez Schindlera. [...] Więc ile tak naprawdę  
światów uratował Oskar Schindler, ratując  
1200 istnień ludzkich? Trudno policzyć...

Nusia (Bronisława) Horowitz-Karakulka

HE WHO SAVES ONE LIFE  
SAVES THE WORLD ENTIRE

Talmud

And how many worlds did Oskar Schindler save?  
If it weren't for him, there would not be me, and  
there would not be my family either, nor our  
descendants – my daughter and my two  
grandchildren, my brother Rysio's two sons, my  
cousin Olek's children, [...] the children and  
grandchildren of the others saved by Schindler.  
[...] So how many save he really there, when he  
saved 1,200 people? They are countless...

Nusia (Bronisława) Horowitz-Karakulka

Nel pomeriggio visitiamo Auschwitz, luogo d'irrazionale tragedia. Sul cancello d'entrata si legge Arbeit Macht Frei ("Il lavoro rende liberi"), frase tratta, e modificata, dal Vangelo di San Giovanni (la verità rende liberi). La scritta fu realizzata da un fabbro, prigioniero polacco, che, in segno di ribellione, mise la lettera B di ARBEIT capovolta. Oggi la scritta è esposta nel museo, per il suo alto valore simbolico. Beffarda derisione, sconvolgente ironia!



Camere a gas, oggetti personali, fotografie e documentari sullo sterminio testimoniano un orrore incomprensibile.



Ogni angolo è intriso di dolore, sofferenza, crudeltà e morte. Auschwitz-Birkenau, Patrimonio Unesco, fu costruito nel 1941, per prigionieri civili e di guerra, che arrivavano su convogli, attraverso la Porta della Morte.



Tutt'intorno c'è una distesa desolante del nulla, ciò che ha significato ogni singola vita in questo luogo di forni crematori e camere a gas; la negazione totale della dignità umana; una tristezza infinita che non vuole scomparire dal mondo. Il 27 gennaio 1945, truppe di soldati russi arrivarono ad Auschwitz, per liberare i pochissimi prigionieri ancora vivi. Il 27 gennaio di ogni anno si celebra il Giorno della Memoria, per ricordare le vittime dell'Olocausto.

Lunedì, preparati i bagagli, trascorriamo la mattinata in città, per visitare il Palazzo Reale, sulla collina di Wawel, che maestosamente sembra vegliare sul sottostante centro storico medievale.

Il castello, fortificato e protetto dal fiume Vistola, fu la casa reale per secoli.

La corte rinascimentale fu progettata dai giovani fiorentini Bartolomeo Berrecci e Francesco Fiorentino.



Dal castello inizia un lungo viale che passa per la chiesa di San Pietro e Paolo e il convento delle Clarisse, detto la via reale di Cracovia.

Nel perimetro del castello sorge la cattedrale, luogo sacro che protegge anche le tombe di quarantuno re polacchi.

Scale buie e strette portano in cima, da dove si ammirano il panorama della città e la famosa campana Zygmunt di 11 tonnellate, suonata da ben otto persone, in ricorrenza di speciali festività religiose. Il suono si propaga per 12 km fuori città. Si dice che chi tocca il batacchio della campana, troverà presto la sua anima gemella.



A sud della collina di Wavel sorge il quartiere ebraico, prima del 1945 abitato da sessantacinque mila ebrei, oggi sono solo 300. Qui resiste la cucina di strada a pochissimo prezzo e si può gustare la buona birra polacca.

Ritornando verso il centro, si percorre la via Canonicza, dove, ai numeri civici 19 e 21, abitò Karol Wojtyła.

Alcuni del gruppo hanno visitato le Miniere di sale, Patrimonio mondiale dell'Unesco; una spettacolare città sotterranea scolpita nel sale, con chiese, sculture e km di percorsi, un mondo magico, quasi irreale. Le Miniere di sale, oltre a costituire un'attrazione turistica, sono un sanatorio per curare allergie croniche, asma e altri problemi respiratori, con inalazioni di vapori salini.

Il volo di ritorno in Italia è alle 16,20 e, dopo circa due ore, atterriamo a Malpensa, da dove, in pullman, raggiungiamo Oggiono, sotto una pioggia che non accenna a diminuire.

Una maratona è un tratto di vita da percorrere insieme con altri e con te stesso.

*Lucrezia Olivieri*  
*Asd Avis Oggiono*

