

Marathon de Paris 2011

Tras los comentarios de varias personas del foro (Maratones/foreros por el mundo) mi idea este año era ir a Rotterdam... pero vaya que en verano Jesús me comenta que van a ir a Paris, Martina se estrena en maratón, y eso no me lo pierdo... así que sin aún haber corrido la Goofy Challenger ya me inscribo en Paris 2011.

La preparación por unas cosas y otras ha sido bastante caótica, los 3 primeros meses son meses de que no tengo tiempo para nada, así que lo único que me apetece es rodar de vez en cuando, pero nada de series, ni de gimnasio... y así no se puede... Para colmo engancho un resfriado con otro, que se convierte en un principio de bronquitis, y los análisis dicen que no estoy yo para correr mucho, pero bueno iremos, confiaremos en el efecto dorsal (que sé que lo tengo y mucho) y en mi cabeza, que no me suele fallar en estas cosas...

Nos cambian el avión así que ya llegamos tarde, por lo que nada más llegar el viernes a la feria a coger el dorsal rápido y al hotel (cuya vista es la Torre Eiffel)...

Por la noche me resfrío, no puedo con el aire acondicionado del hotel, y me levanto totalmente congestionada y con un dolor de cabeza... así que importante visita a la farmacia a que me den algo que por lo menos me deje respirar (y comprar una cebolla para por la noche, si no no dormiré nada)

El sábado por la mañana primero carrera del desayuno... carrera bastante desangelada, poca gente (nada que ver con Berlín) pero lo bueno es que la llegada que es la misma que en el maratón hay cosas para todo el mundo (no como en Berlín que había que "pelearse" un poco)... y de ahí hacía la feria.

La feria bien, con muchas cosas, por fin consigo las mallas de compresión de la marca Bionic, que tengo las medias y me van geniales... aquí me hubiera gustado conocer a Joselette, un chico encantador del foro, pero no fue posible... comemos la comida de la pasta (es que me gusta hacer todas las cosas de la carrera) y la verdad es que es bastante mala (un arroz que estaba hecho gachas...), pero por 5 euros en París tampoco me voy a quejar.. y de ahí al hotel.

Ya en el hotel han llegado casi todos los del grupo, somos como unos 30 que hemos quedado a cenar en una pizzería, toca cargar los depósitos, y hacerse unas risas con la gente, cosa que con Jesús y Lillo esta asegurado... La cena estupenda, muchas gracias por las gestiones Martina, y de ahí en un paseílllo por Trocadero vamos hacía el hotel, la torre se ve majestuosa, y vemos por primera vez las luces intermitentes que ponen por la noche (pienso que el martes si las patas andan bien subiré a ritmo rápido jaja).

Llegamos al hotel y despedida hasta mañana, baño relajante, estiramientos y dormir. Aunque lo de dormir poco, la verdad, entre los nervios y que no respiro bien... uff mañana.

Mañana del día 10 de abril, mañana del maratón, nos reunimos poco a poco en el desayuno. Esto es una cosa de las que menos me gustan del día del maratón, no poder aprovechar el buffet del hotel... así que desayuno como todos los días, y ale para arriba a prepararse, dorsal colocado, bolsa preparada, y vamos... fotos en la salida, en el arco de triunfo, y cada uno a su cajón (yo a dejar la bolsa que no tengo cuerpo para quedarme sudada)



La idea es salir con Juan Carlos, el está muy fuerte, pero ha pinchado en sus dos últimos maratones, y sabe que es la cabeza, así que vamos a agarrar el 3.30 (aunque el está para mucho menos)... tras la última visita al aseo (que fácil lo tenéis los chicos) nos vamos para la salida. Hace un día precioso, ha salido el sol, y la temperatura sin problemas (que llevo 3 maratones que salgo tiritando).

Nos metemos en nuestro cajón y a esperar el pistoletazo... bajada por los Campos eliseos, madre mía que mogollón de gente, casi no se puede correr, pero bueno, primer km 5.20 mal empezamos pero hay mucho camino por delante, giro a la derecha por la plaza de la concordia, jardines de Tulleries... pasamos por delante del Louvre, en un balcón unos señores en batín nos saludan...

Plaza de la Bastilla, km 5 vamos un poco lentos para bajar de 3.30 pero es que no sé puede correr, yo voy driblando a la gente sin mucho esfuerzo (años de conciertos ayudan jaja), e intentado seguir la línea azul. Recuerdo lo que dijo BornToRun, avituallamientos a la izquierda, pero este está a la derecha... aunque 300 metros después hay otro a la izquierda, así que suponemos que será así (craso error).

En los avituallamientos la verdad es que hay de todo, menos isotónico, pero yo solo agua (una vez un plátano me jugó una mala pasada) y ya llegaron mis ositos de goma...

Entrada en el Bosque de Vincennes, km 10, llevamos 50' 51" y metedura de pata, estamos a la izquierda y avituallamiento a la derecha, pero como antes había otro no vamos a él.. pues esta vez no hay a la izquierda, menos mal que Oscar un chico de Cartagena nos da un traguillo... a partir de ahí ya me fijo en que 200 metros antes del avituallamiento ponen un cartel que indica si a la derecha o a la izquierda (esto es un punto muy negativo en esta carrera... con 32000 personas deberían ponerlo a los dos)

Me estoy empezando a agobiar porque no se puede correr, así que le digo a Juan Carlos que vamos a bajar su anterior marca (3.42) pero que lo del 3.30 lo tenemos muy difícil, encima en una de las zonas hemos tenido que parar literalmente porque no se podía pasar del tapón (un atasco en toda regla)... Yo voy bien pero no del todo bien... el bosque es precioso pero en el km 13 o así mi rodilla dice que ahí está, pienso que ya me tengo que bajar de carro, pero en mi interior le digo a la rodilla que no se queje que ya se podrá quejar en otro momento... intento no pensar en ella, ver la gente de alrededor, ver el paisaje, y al cabo de un rato ya se ha pasado el dolor...

Km 15, y hemos adelantado un poquillo el tiempo 1.15.22, así que igual si podemos bajar, y poco a poco vamos haciendo camino, salimos del bosque y vamos por la media maratón, y sorpresa ya vamos en tiempo 1.44.53, ahora nos queda lo más "fácil" hacer el mismo tiempo... le pregunto a Juan Carlos como va, y me dice que bien, así que venga, que igual lo conseguimos... Pasamos cerca de Notre Dame y mi compi empieza poner mala cara, dice que se pone detrás y me sigue... y yo venga que si que podemos... pero llegan los túneles y la cosa empeora, en el que es muy largo hay una humedad increíble, yo quiero pasarlo rápido, pero voy pendiente de él, que no sé me quede, quiero que lleguemos juntos. En la plaza de Trocadero / Tour Eiffel hemos quedado con sus padres y mi madre para verlos, pero pasamos y no están y ahí se hunde... bajamos el ritmo y le pregunto, pero casi no me responde, solo con gestos y cuando pasamos el 30, me dice "vete, que necesito ir 2 km tranquilos" la verdad es que me lo pienso a mi me da igual hacer una marca que otra, pero sé que el maratón es así y ver al lado una persona que te va esperando hace que te saque de ritmo... así que le digo vale pero me pillas vale? Y sin acelerar, pero sin bajar el ritmo tiro para delante... no quiero acelerar porque BTR dijo que la zona peor era la del Bosque y no quiero que me encuentre ahí el del mazo, así que paso por Roland Garros y nos dirigimos al bosque... un poco expectante porque me encuentro bien, ya veremos, km 35 y 2.52 ni en mis mejores sueños, y bastante entera, la verdad es que no hago más que pasar a gente todo el rato. El bosque me parece precioso y menos una ligera cuestecilla, me da la impresión que todo el rato es cuesta abajo, así que mis piernas se aceleran un poco, así el parcial del 35 al 40 es el más rápido que me sale, aunque del 40 a l 41 es tanta la gente que tengo que frenar, se aclara el tapón y el km 41 al 42 me sale en 4.30 (el más rápido de toda, en el MP3 Safri Duo 😊) y ya en la avenida Foch solo queda el último momento, no sprinto porque sé que eso es posible rotura fibrilar, y tampoco merece la pena...

Estoy muy contenta... con el entreno realizado es más que buena marca para mi, así que tranquilamente pero sin parar voy a que me den mi camiseta (es de finisher y no la dieron en la feria) y mi medalla... voy al ropero me cambio y vuelvo a ver si veo a alguien de mi grupo, pero nada... así que voy a ver como salgo del embudo que se monta pues es la zona de esperar los familiares... Salgo por el Arco de Triunfo, y recuerdo la lata de sardinas que era por la mañana el metro así que voy dando un paseílo hasta el hotel, son dos km, pasando por Trocadero, la torre Eiffel, y me doy cuenta lo diferente que es Europa, en Disney (y por lo que me han dicho es así en toda EEUU) te ven con la medalla y te van felicitando, aquí nada (ya tampoco es que quiera que me feliciten, solo que es diferente)...

Soy la primera en llegar al hotel y al ratillo empiezan a llegar, Martina (que ha entrenado genial) llega súper feliz, ha terminado y pensando en la siguiente, mi compi la final 3.56, y poco a poco todos llegan, mas o menos tiempo pero todo hemos compartido una ilusión... terminar el maratón de Paris... las chicas se estrenaban todas en la distancia de filipides y todas lo han conseguido, Conchi llega radiante... porque me da que las chicas para estas cosas tienen más cabeza que los chicos????



Esta vez si me ha gustado la ciudad (4 vez que voy y antes no me gusto mucho)... buen maratón... siguiente? si no pasa nada New York

Gracias a todos/as, mi madre por estar siempre ahí, al maravilloso grupo de A To Trapo, con los que es muy fácil pasarlo bien, el foro del atleta que tan buenos consejos dan...