

E' vero : la corsa è di per sé una terapia particolare che trasforma il fisico e la mente .Qui però ci troviamo di fronte a qualcosa di “speciale”: la storia di una donna coraggiosa che ha saputo affrontare con la corsa una patologia che l’aveva portata in pericolo di vita .Su consiglio di medici aperti ad una visione non solo limitata ai farmaci chimici ha cominciato a correre sino a provarci gusto –Da una pratica regolare correndo nei parchi è giunta alle maratone e,addirittura alle ultramaratone e,di recente, al triathlon.

Ho conosciuto questa straordinaria esperienza giungendo , per caso, a consultare il suo I bel blog ove ,con cadenze regolari,racconta il proseguimento della sua avventura e, colpito dalla sua determinazione mi sono messo in contatto con Lei sino a intessere un dialogo a distanza via mail .

Credo non possa esservi esempio migliore per riflettere sulla corsaterapia .

Qui il ritaglio di giornale che cita la sua esperienza :

<http://francarun-passionemaratonablogspot.com/2009/05/perche-la-franca-corre.html>



Ed il suo sintetico racconto :

“Tutto è cominciato per un grave problema che ho avuto nel 2001, una Trombosi Embolica ad un braccio mi ha vista tra la vita e la morte per 5 lunghi mesi, ma io ce l'ho fatta !

Dopo vari ricoveri e cure del caso, i medici che mi hanno seguita all'Ospedale San Giovanni Firenze, mi consigliarono uno sport aerobico, che mi permettesse di far circolare bene il sangue, e di conseguenza diminuire i cicli di Eparina che mi

infliggevo ogni 2 mesi circa con due punture nella pancia, massacrando così il mio povero addome.

Da lì cominciai a correre, così, per salute. Poi passarono tre anni e il mio problema è andato sempre migliorando, correndo ogni santissimo giorno, non guarirò mai, ma almeno son VIVA. Correvo in un parco ogni giorno 1h ma anche 1h,30 e lì mi notò un podista del gruppo CAI Pistoia, e mi chiese se correvo per qualche società, ma io correvo solo per me !

Mi ritrovò altre volte e mi convinse a iscrivermi nel Gruppo. Accettai e da lì cominciai a tuffarmi nelle gare domenicali e quelle serali dell'estate, andavo forte, ho anche vinto alcune garette, o semplicemente mi piazzavo tra le prime 10 ! da lì capii che ero portata per questo sport. ma dopo poco tempo mi infortunai, mi si infiammò il nervo sciatico e dovetti fermarmi per più di un mese, e questo non andava bene per il problema che avevo, allora continuai con la bici e terapie che mi rimisero il piedi. Mi fecero fare una risonanza magnetica per verificare cosa potesse aver scatenato il problema, e qui il verdetto : 4 protrusioni al livello cervicale e sacrale che mi provocavano queste infiammazioni. Io non potevo e non volevo smettere di correre perchè era ed è la mia cura di vita. Allora andai in un centro a Faenza specializzato per i plantari e correggere in parte lo squilibrio. Fatto questo ho continuato, anche se con tanti problemi a correre, perchè come ripeto correre per me è vita.

Da allora cominciai a cimentarmi nelle maratone che poi sono diventate il mio punto di forza.

E' vero che nelle garette vincevo ma a me piace più la maratona e così ora sono una maratoneta incallita. E' anche vero che da ragazzina ho sempre praticato sport, facevo Atletica e forse questo mi ha aiutata !

Forse a voi non importa perchè io corro, ma volevo far conoscere la mia storia chemagari potrebbe servire a chi come me ha problemi come il mio, o semplicemente perchè correre è Vita.

Dall'ospedale di Firenze mi chiamarono per dirmi che mi avrebbero fatto un'intervista, proprio per far capire alla gente che soffre di determinate anomalie, comunque sia la vita va avanti e reagire nelle più brutte circostanze è la cosa più forte e più bella che un'individuo possa affrontare.

Vi ringrazio di aver dedicato 10 minuti del vostro tempo a leggermi, ma spero davvero di avervi fatto capire l'importanza che ha per me CORRERE ! “