

Esperienza e competenza sempre in campo: Oltre la Curva

a cura di Carlo Perego

Domanda di EF: *Iniziamo presentando chi è Teudis Plaza. Da dove arrivi e quale è la tua storia sportiva?*

Risposta di Samuele Marcora: Mi chiamo Teudis Plaza, sono catalano. Vivo in Italia dal 1997 e sono laureato in Scienze Motorie presso l'Università degli Studi di Milano. Sono sempre stato appassionato di sport. Da mio padre nasce tutta la passione per ogni tipo di disciplina sportiva. Da piccolo, in Catalunya, guardavo insieme a lui ogni tipo di sport che si poteva osservare dal vivo e/o in televisione. Guardavamo basket, calcio, pallamano, pallanuoto, atletica leggera e tanti altri. È un ricordo molto forte e piacevole. Trovo sia stato davvero un momento molto bello di condivisione tra padre e figlio, che da allora ho sempre portato avanti: amare, vedere e praticare sport.

La mia esperienza sportiva comincia tirando calci ad un pallone, come tanti ragazzi coetani. Per anni ho giocato a calcio divertendomi prima con gli amici e poi con i tanti compagni di squadra che si sono succeduti nel tempo. Correvo e non mi fermavo mai.

La svolta avvenne quando incominciai ad avvicinarmi agli sport di endurance e alle lunghe distanze. Purtroppo, in un periodo non certo sereno: mentre ero impegnato nelle cure di mio padre, sempre più grave nella sua malattia, incominciai, per distrarmi, a nuotare assiduamente nei brevi momenti che riuscivo a ritagliarmi. Era l'anno 2000 e vedevo stare male il mio

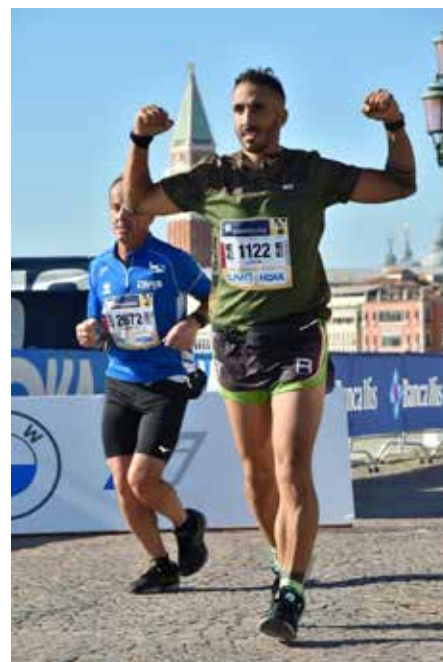
primo compagno di "giochi e condivisione sportiva". Per me fu davvero una prova di "resistenza" accudirlo finché mi fu permesso. Le prove di resistenza, o meglio di "evasione", si susseguirono. L'estate successiva mi cimentarmi anche nel ciclismo, andando da Milano a Roma in sella ad una vecchia bicicletta da corsa. Fu davvero un viaggio lungo ed estenuante ma estremamente istruttivo. Poi, quasi per gioco, iniziai a correre con l'obiettivo iniziale di fare almeno un kilometro senza fermarmi. Da allora non mi sono più fermato, è stato un susseguirsi di avventure: maratone, ultramaratone, viaggi in bici in Europa, trekking invernali, gare di triathlon.... In poche parole, avevo scoperto la mia passione.

EF: Un momento dove ti sei sentito davvero realizzato durante il tuo percorso di crescita?

R.: Quando ho capito che lo sport non è solo prestazione. Ci si può sentire realizzati anche senza avere capacità eccellenti, anche senza dover essere per forza il primo in classifica.

Ai miei amici e a chi incontro sul mio percorso dico sempre queste due frasi: "Costanza batte talento", perché è ciò che mi ha permesso di fare tante belle imprese, e "da cosa nasce cosa", perché se ti impegni, se ci credi, se ti senti coinvolto e se perseveri, puoi davvero raggiungere grandi traguardi. Perché mi sento realizzato? Perché ho capito che questi due insegnamenti non valgono solo per lo sport, ma per la vita in generale.

EF: Una qualità personale che ritieni di possedere e che hai usato per costruire le tue imprese?



R: Non una ma tre! Passione, curiosità e costanza.

Le prime due caratteristiche si nutrono a vicenda e inventano obiettivi ambiziosi.

La terza è quella che permette ad ogni iniziativa di diventare realtà. E così è stato! Alcuni anni fa, mentre mi stavo allenando per la Maratona di Milano con il mio amico Nicolò Caserini, ci balenò in testa un'idea creativa: "Perché non provare a utilizzare lo sport come mezzo per costruire e sviluppare percorsi di solidarietà per aiutare le persone bisognose di aiuto?"

Nacque così il progetto "Oltre la Curva" che attraverso iniziative sportive, ancora oggi, raccoglie fondi per sostenere i pazienti oncologici con gravi difficoltà economiche.

EF: Spiega, spiega.

R: In principio fu una piccola associazione di volontariato ma ben presto raccolse in sé tanti appassionati sportivi, come Maurizio e Luca e tanti altri nuovi amici, legati da uno stesso obiettivo: aiutare il prossimo. Nessuno sportivo di professione, ma tutti con una stessa visione: la propria passione sportiva insieme ad un intenso impegno utilizzati come preziosi strumenti di aiuto sociale.



Pura energia da regalare a chi purtroppo ne ha perso la facoltà per cause maggiori.

EF: *Quindi aiutate correndo! Anche adesso?*

R: Tutt'oggi è possibile iscriversi per contribuire e donare anche soltanto un piccolo aiuto, ma che se aggiunto ad altri può diventare davvero grande. Il nostro sforzo insieme può davvero fare la differenza. Sul nostro sito è possibile vedere la nostra storia, le nostre imprese e i nostri obiettivi: abbiamo e stiamo realizzando numerose campagne sportive di solidarietà (running, triathlon, trekking, cicloturismo) e continuiamo a coinvolgere un numero crescente di appassionati e sponsor. Il nostro obiettivo è quello di continuare a crescere come movimento per la salute e il benessere di tutti: sportivi, amatori praticanti e "meno fortunati". Sarebbe

un sogno condividere gli obiettivi anche nelle scuole di tutta Italia, per dare un chiaro segnale che fare attività sportiva può davvero unire le persone e raggiungere importanti obiettivi comuni.

EF: *Per il vostro progetto solidale intraprendete discipline sportive di endurance non certo facili e molto impegnative. Ricordi qualcuna in particolare?*

R: Nel 2022 abbiamo viaggiato in bici da Biarritz (Francia) a Milano attraversando i Pirenei. Il giorno in cui abbiamo superato il passo Tourmalet è sembrato eterno. Nell'estate del 2023 abbiamo fatto il giro dell'Irlanda con bici gravel carichi di bagagli e dormendo in tenda. Ogni giorno pedalavamo sotto il sole, la pioggia (tanta) e contro vento. Il meteo era molto variabile, si passava dal caldo al freddo continuamente. Pedalare tantissimi chilometri è stato talvolta complesso.



EF: *da dove la resilienza per fare quel giro di pedale che mancava?*

R: Per il raggiungimento degli obiettivi furono determinanti la preziosa compagnia di Nicolò Caserini e la determinazione di raggiungere km dopo km la meta finale, non certo per provare qualcosa a se stessi, ma per coronare ogni volta il sogno di sentirsi utili a sostenere i pazienti oncologici con gravi situazioni di disagio economico. Ogni traguardo non è mai stato del singolo ma del gruppo, una squadra formata insieme a tutte quelle persone a cui la fatica veniva dedicata e donata come piccolo contributo. Come ai tempi di mio papà.

EF: *Progetti per il futuro?*

R: Condividere gli obiettivi della nostra associazione "Oltre la Curva". Trovare nuovi compagni di sport e viaggi, come era mio padre. Incentivare il concetto di squadra perché l'unione fa la forza. Implementare le iniziative sportive: maratone, gare di triathlon, lunghi viaggi in bici, spettacolari trekking in montagna per regalare emozioni ma soprattutto per sentirsi utili e partecipare all'impresa più grande: la solidarietà umana.

EF: *Cosa ti sentiresti di dire ad un adolescente in età scolare?*

R: Che lo sport può essere uno strumento sia di crescita personale che di aiuto per il prossimo. Inoltre, soprattutto in questo periodo, è bene ricordare loro che i traguardi importanti (quelli veri e belli!) si raggiungono solo con sacrificio e costanza. Ed infine: cercate le cose belle, perché la vita è meravigliosa.

Grazie per aver condiviso la tua esperienza in campo e nella vita. ■

