



Chicago Lakeshore Marathon

Por Carlos Martinatto

Cuando mi amigote Alain me dijo por octava vez "tenés que escribir un reporte" decidí hacerle caso. La disyuntiva era clara: o dedicaba un rato a escribir o me exponía a 40 ó 50 invitaciones más. Ni los borrachos son más pesados que un maratonista obsesivo. Así que, aquí va:

El Ramblero Solitario cambia de rambla, o El día que comprobé que Dios es maratonista

Entrené para Porto Alegre. La rambla del Guaíba era mi objetivo cuando correteaba por la rambla montevideana. Cuando empecé a planificar, mi meta era cruzar a chegada no Parcão em menos de 4 horas (mi mejor tiempo era 4:17, POA 2003). En marzo, había ido a correr la Media de Las Piedras - Progreso, como training run. Y resulta que terminé con 1:48, un tiempazo (para mis estándares, se entiende). "Vos estás para 3:50" sentenció Jorge Jeoryeff en la llegada. "Dios quiera", dije. "Con 3:59:59, me conformo".

Todo fue bien hasta abril. A principios de ese mes, a falta de 7 / 8 semanas para POA, justo cuando debía hacer el pico de entrenamiento, empezaron los problemas. Dos problemas juntos en 4 días. Primero, el trabajo. En mi trabajo, un escueto mail anunciaba reunión regional. "Cancún, 25 a 29 de mayo". "¿Cómo 29 de mayo, la rep@##¿=ª que los parió?" "El 29 de mayo, yo tengo que estar en Porto Alegre". Frenéticas llamadas a la agencia de viajes. Propuesta indecente: me escapo un día antes de la reunión. Debe haber un vuelo directo a Sao Paulo, después conecto. Vuelo directo, las bo__s. El único vuelo directo es los sábados de noche. Llega a Sao Paulo el domingo a las 8 y media. La única forma de llegar era salir de Cancún el viernes al mediodía y hacer Cancún - Miami - Sao Paulo - Porto Alegre, con arribo a Porto Alegre el sábado a las 2 de la tarde. Entre pitos y flautas, un día entero de viaje. Y además, había que usar dos o tres aerolíneas diferentes, por lo que costaba um ovo. Imposible.

Durante las siguientes 24 a 48 hs pasé de la bronca a la resignación ("En fin; así es la vida, iré a Rosario") y a la rebeldía: "Voy a correr el 30. Algo aparecerá". Tras breve búsqueda internética, quedé con un short list de 4 maratones, todas en el hemisferio norte, de manera de acortar los tiempos de viaje desde México. Ottawa en Canadá, Green Bay (Wisconsin, USA), Buffalo (estado de New York), y una maratón chiquita en Chicago. No la gigante que se corre en Octubre, sino una tal "Lakeshore Marathon". Mil y pocos participantes, todo el recorrido en la costa del Lago Michigan. Con short list de maratones y espíritu renovado, me fui a dormir.

A la mañana siguiente, salí por una corrida suave. El viernes había estado haciendo pasadas y ahora tocaba corrida fácil. Salí al mediodía. Todo traqui, sin apurar. Cuando iba por Punta Carretas, empecé a sentir una molestia en la pantorrilla izquierda. Un par de kilómetros después, de molestia había pasado a dolor claramente perceptible. Paré. Total, estaba haciendo una fácil, no era cosa de arriesgar. Estiré un poco y me volví en taxi. "Seguramente, mañana pasa". Pasa las pel__as. Esa tarde, dolía mucho más. Y también dolía el domingo. No hice los 20 k previstos. Descansé un par de días más, y cuando me sentí mejor, allá por el miércoles, salí por 6 ó 7 exploratorios. Todo mal. El médico diagnosticó no sé qué carajo entenositis, tendinitis. El corolario, dos semanas sin entrenar. A poco más de un mes del Día M. Gran cag__a.

El 16 de abril volví a correr, con plan de recuperación casero. Quedaban seis semanas. Dos para volver, dos para entrenar, dos para descansar. Ni HH imaginó un plan así. Alain no es el único cabezón en el Gusanos RRC. A todo esto, me había decidido por Chicago. Además de que tenía ganas de conocer esa ciudad, la



carrera era el lunes (feriado por ser el "Memorial Day"). En las condiciones en las que me encontraba, 24 hs más no eran para despreciar. El "Plan Retorno" funcionó razonablemente bien, pero no tenía claro cuál podía haber sido el efecto de ese mes casi parado que tuve tan cerca de la carrera. Como muestra de lo que podía pasar, el lunes 17 hice mi última long run en la rambla de Montevideo. Fue terrible. Una tortura desde los 10 k en adelante (y fueron 34). La peor corrida en meses. Con esas dudas, partí a mi reunión en Cancún.

Semana previa

Cancún, 33 grados a la sombra. "No importa, sólo voy a correr dos o tres veces, no más de 12 k por vez". Corrí el martes, después de llegar, molido por el viaje. No corrí el miércoles. Salí el jueves a hacer "la penúltima". Durante la carrera se me declaró un caso agudo de diarrea. No me pidan detalles; a buen entendedor, pocas palabras. Así que estuve jueves y viernes a Coca Cola y pancito (¿Han tratado de hacer dieta liviana en México?). El viernes de tarde, ya preocupado, empecé a tomar Pepto Bismol por recomendación de los locales. El principal efecto del Pepto Bismol fue colorear mi caca. Ahora tenía la misma diarrea, pero verde oscuro. El verde es lo que se lleva en Cancún esta temporada.

Salimos para Chicago el sábado al mediodía. 3 horas y monedas de vuelo y en Chicago nos recibió un tiempo de locos. Todo el estado de Illinois estaba convulsionado por el clima. Tornados e inundaciones por todas partes. Después de una cola respetable, a los codazos con paquistaníes, suecos, japoneses y venezolanos, pasamos por la inmigración y salimos a la lleca. Shuttle al telo y veloz bajada a la expo para levantar el chip. No hubo suerte, la expo había cerrado a las 6. "No importa, porque me curé de la diarrea". Festejamos con pizza y cerveza (otra cosa, no se puede pagar...).

¿Dije que me curé de la diarrea? ¡Las bo__s! El domingo de mañana volví a teñir de verde los inodoros del mundo. Revisamos el botiquincito que habíamos traído de MVD y apareció un blister de Talipectin. ¿Fecha de vencimiento? Vaya uno a saber. Pero como 72 hs de diarrea antes de un maratón no es nada aconsejable, decidí jugármela. Glú, glú, y que sea lo que Dios quiera. Levantamos el chip, la camiseta, algunas muestras y a la lleca.

Chicago es realmente linda. Demasiado linda para una víspera de maratón. Caminé demasiado, buen rato bajo lluvia. Como a las 6 de la tarde, volvimos al hotel. Pasta dinner. A la vuelta a la habitación, miré por la ventana cómo se venía el mundo abajo. Temporal machazo. Lluvia, viento, rayos a cincuenta metros. La tele informaba que "...en el estado de Illinois se registraron 16 tornados el día de hoy". Mi mujer cambió la cara de sorna por la de preocupación. Seguro que pensaba si mi seguro cubriría "muerte por rayo durante maratón" o "fallecimiento por asfixia por inmersión en el lago Michigan tras haber sido arrastrado por un tornado". Sin poder decidirme qué cosa usar al otro día, me fui a la cama. En el momento en que nos acostábamos, un cartelito empezó a pasar por la parte de abajo de la pantalla de TV: "El Servicio Meteorológico ha declarado Alerta por Clima Severo y potencialmente peligroso en los condados de a, b, c, d, e, f. Este alerta se mantendrá vigente hasta la mañana del lunes". No pude resistir la tentación y llamé al front desk. "¿Sería tan amable de decirme el nombre del condado en el que se encuentra la ciudad de Chicago". "Cook county". "Gracias". Cook estaba en la lista de condados con alerta que pasó la TV.

Race Day. Horas previas

Lunes 31, arriba a las 4 menos cuarto de la mañana, porque la carrera larga a las 6. Corrí las cortinas. Viento y lluvia. "En fin, siempre se puede abandonar", me consolé.

Desayuno consistente en medio litro de agua, dos pancitos, una banana y una barrita de cereales.



¿Aguantaré esto, o lo convertiré en líquido verde? Primera buena noticia de la jornada: mi visita a Don Inodoro terminó con teresoformes de mediano tamaño. "Santo Talipectín, Batman", hubiera dicho Robin.

5:00am dejamos la habitación. Después de 20 minutos de caminata, salimos al exterior. El hotel donde estábamos está pegado a un gigantesco (gigantesco mismo) centro de convenciones. Entre halls, lounges, concourses, puentes, pasillos y lo que sea, caminamos como 20 min antes de abandonar el último edificio, ya al lado del lago Michigan. Había parado de llover, y la cosa estaba en "calma chicha". A lo lejos, se veía el centro de Chicago. Los edificios de 80 y 100 pisos se veían sólo hasta el piso 15. Desde ahí, arrancaba la nube que cubría la ciudad y alrededores.

Un poco más de estiramiento y arranqué con el strip tease. Me había vestido para el frío y la tormenta, pero ahora había parado de llover y había por lo menos 12 grados. Decidí salir con una camiseta de manga larga y, arriba de ella, una sin mangas con el número. Un gorrito (recuerdo de Porto Alegre 2001) en el bolsillo. "Siempre se puede abandonar", me repetí, mientras miraba las nubes negras y la calma chicha -que no presagiaba nada bueno- sobre el Lago Michigan.

¡Largaron!

Una particularidad de esta carrera es que la largada se hace en "olas" de unos 200 corredores cada una. Agrupan a los corredores según su último tiempo de maratón y según el objetivo que tienen para ésta. Largan una ola cada 2 minutos. Así, se aseguran que no va a haber aglomeraciones y, al menos teóricamente, le dan a cada corredor un grupito de similar paso con el que correr.

Yo quería correr sub4. Para hacérmela fácil, me propuse millas de 9 minutos (equivalentes a kilómetros de 5:36). Así que mis parciales debían coincidir con la tabla del 9: 1m, 9min; 2m, 18min; 26.2m, 3:55:48. Eso daba unos 4 min extra para el inevitable -para los mortales, no para los elites- enlentecimiento de los últimos Ks. Largué en la 4a ola, unos segundos después de las 6 y 6 de la mañana.

Los kilómetros de la rambla de MVD me enseñaron el paso bien enseñado. Primeros parciales: 8:20, 8:47, 9:00. Con agrado, constaté que había marcas no sólo en las millas, sino también cada 5k. Me di cuenta que teníamos viento a favor. Seguía sin llover. "Que se aguante un par de horas". Lo peor, era la humedad. Era uno de esos días en los que se "respira grueso". Empecé a transpirar como un animal. Entre el Adler Planetarium y el Shedd Aquarium me saqué la camiseta de manga larga y me la até a la cintura.

A eso de los 4 ó 5 k de carrera, empezamos a escuchar unos parlantes "Photo ahead, raise your heads" (Foto más adelante, levanten la cabeza). Efectivamente, unos metros más adelante, dos fotógrafos sacaban fotos. Viva el marketing.

Pasamos por unas interesantes playitas, vacías por supuesto. Empecé a sentir un extraño dolor en el muslo de la pierna derecha. Me concentré en aflojar la pierna y funcionó. 3 ó 4 ks después, el dolor había desaparecido. Seguí corriendo a paso controlado. 8:59, 8:52, 8:57.

Vueltita y nueva foto, esta vez con el lago y el Hancock Building atrás. ¿Cuánto me querrán sacar por ella? 10k en 54:50. Esto da 5:29 x k. Es un poco rápido, pero la mayoría de la diferencia la saqué al principio. Después ajuste. Muy bien.

Pasadas las 8 millas, llega un primer Momento de la Verdad. Es hora de tomar mi primer gel. ¿Aguantaré? Si. Todo bien, gracias a Dios.



Avanzamos por parques, paths y trails. Esquivamos árboles caídos. En algún lugar, debimos salirnos del circuito para evitar charcos y zonas inundadas. Pensé si los organizadores habrían compensado las distancias en la posición de la llegada y la largada. Recordé que el recorrido está certificado por la US Track & Field y me tranquilicé.

Un pelirrojo me pasa volando. Dios, cómo corre esa mina. Se sale del camino para ir al baño. Acorto distancia, pero el baño estaba cerrado. Sale de nuevo al camino. La veo alejarse. Vuela. Que la parió.

Llego a la media en 1:57:35 (chip time). Esto es a 5:34; impecable. A todo esto, sale el sol.. Francamente, el recorrido de la carrera es espléndido. Las vistas de la ciudad son tipo postal. Que lo parió, qué linda es esta ciudad.

De a ratos, cambia el piso. Pasamos de asfalto a concreto, a tierra firme, a arena con piedra molida. Mucho rato en senderos más o menos blandos. Una bendición para las rodillas. Los puestos de agua no están regularmente colocados. No falta agua, pero de repente, aparece un puesto 5 minutos después de otro.

Paso x los 25k y me suelto un poco. Paso a mi mujer, que caminaba por el circuito (la maratón se corre en circuito abierto; hay carteles que dicen "Race in progress, Yield to Runners", pero el lugar está abierto a quien quiera. Muy democrático). Mi mujer grita que pare para una foto. Cosas de no-maratonista. Por supuesto, no paro. Paul Tergat no para. Khalid Kannouchi no para. Yo tampoco paro.

Me encuentro corriendo detrás de una pareja de paso sólido. Los identifico por la vestimenta de ella, toda de violeta. Así que decido seguir a la pareja de la "Mina Violeta". Siguiéndolos, paso bastante gente. Debo ir a buen paso, pero no lo sé. Por esta parte de la carrera, hay varios carteles mal colocados. Hay insólita milla de 6 minutos, que levanta puteadas de todos los colores. Otra, imposible, de 12 minutos. Ta' que los parió. Los otros mojones parecen compensar. Me vuelvo a acordar de la US Track and Field. A todo esto, me desconcentro. ¿Será The Wall? Medito sobre esto mientras me tomo agua en un puesto. Sin querer, empiezo a caminar, pero arranco menos de 5 segundos después. "No camines, la p_____ que te parió", me disciplino.

Las terribles tres.

Tengo tres terribles millas. Recién pasadas las 20 ó 21, el motor empieza a ratear. Para colmo, tenemos viento francamente en contra. Por algo, a Chicago le dicen "la ciudad de los vientos". Menos mal que uno corre en Montevideo, que de vientos no tiene nada que envidiarle a ninguna ciudad. Sigo tratando de mantener el ritmo, pero noto que voy aflojando. La Mina Violeta y su acompañante empiezan a quedarme lejos. Dice el dicho que "Dios aprieta pero no ahorca". Esta vez es, en cierto modo, al revés. "Te paro la diarrea. Les paro la lluvia. No les mando tornado. Pero les dejo la humedad y viento en contra a la vuelta, no sea cosa que se olviden de Mí". Me acuerdo de un aviso de Nike, que vi hace muchos años. La foto era de un flaco corriendo por un acantilado, un lugar hermoso, bajo un cielo imponente. De la cabecita del corredor, salía un globito con su pensamiento: "Oh Dios, no puedo más". Y de una nube, salía la respuesta "Oh, sí. Sí puedes". Dale Carlos.

Resurrección.

En el mojón 24 m, dos neuronas entran en contacto y puedo hacer cuentas: "A ver: 9 x 20 millas = 180 minutos, o sea 3 horas. 9 x 4 = 36. 3 horas + 36 minutos = 3 h 36" 3:35:57, dice mi reloj. Así que revivo. La sub4 me parece posible de nuevo. Corro de frente al Museo de Arte, hermoso edificio. Un gigantesco cartel

