

O meu primeiro...triatlo!

Há muito que tinha vontade de participar numa prova que juntava 3 atividades que muito gosto. O meu primeiro amor tinha sido o mar – natação, mas há muito tempo que não colocava uma touca na cabeça! Depois veio a bicicleta como forma de ultrapassar a frustração de dois meniscos operados resultado de outros “futebóis” e que, surpreendentemente, muitas alegrias e satisfação me trouxeram. Por fim, o mais recente amor: a corrida. Tudo começou em 2012 com a corrida do Meu Sporting e “acabou” com a Maratona de Roma em Março deste ano.

Tinha a forte motivação do Pedro Caeiro – companheiro em outros desafios passados e depois veio o “empurrão” definitivo com o testemunho do Rogério Araújo do seu primeiro Half IronMan. Vamos em frente! Obrigado a ambos!

A preparação esteve longe do ideal, constrangimentos vários, mas a vontade era muita. Tive que privilegiar a corrida por causa da Maratona um mês antes e só comecei a nadar e a pedalar 1 mês antes da prova. Tinha que dar. Queria acima de tudo participar, experienciar uma nova aventura e terminar “em bom estado”!

Diverso equipamento emprestado...e estou pronto!

O dia começou às 5h da matina com o meu filho mais velho (10 anos) a levantar-se para tatuar o pai! Dorsal 633. Gémeo direito e braço esquerdo. Voltou para a cama e arranquei para a Expo. Às 6h como combinado já me juntara a outros companheiros, os tais “culpados”! Rigorosos nos detalhes, bem preparados e muito motivados. E isso era contagiante. Aliás, o espírito que caracteriza esta pequena família de triatletas do Clube Millenniumbcp é incrível. Não sei ao certo quantos eramos, mas de um só clube não era fácil identificar maior comitiva.

A natação.

Surpreendeu-me pela positiva. Eu que adoro fazer mergulho imaginava o pior possível daquela água! Mas não! Temperatura ótima, visibilidade...seria de cerca de 1 metro e até via os pés de quem seguia á minha frente!...levei alguns pontapés outros murros e até senti o sabor do Tejo na minha garganta...e como se vê, não mata!!

Lá fui ao meu ritmo e cerca de 41 minutos depois estava concluída a 1ª etapa, 1.900 metros a nadar. Saí bem dentro de água e tinha a 1ª “transição” onde demorei mais de 4 minutos. Tudo normal para mim, uma eternidade para os prós! Perguntava, e bem, o Humberto Lomba se a malta estava a escolher a roupa ou a fazer um pic-nic para demorar tanto!

A bicicleta.

Foi a parte mais difícil! Tentei manter o ritmo que pretendia. Fui, talvez, demasiado cauteloso, mas não queria correr riscos demasiados para a corrida que vinha depois. Os prós passavam por mim parecia que estava parado! Começava por ouvir uma “zambuada” e depois lá vinha um “canhão” daqueles a passar. Curioso é que isso não me frustrava! Olhava-os com admiração e reconhecimento que aquilo era resultado de

muito treino, dedicação e esforço. Fui vendo passar outros companheiros do Clube, sempre em ritmos mais intensos. Tudo certo. Três horas e dois minutos depois termino os 90 km de bike. Sinto-me bem. Bem demais! Será sinal que poderia ter feito muito melhor, mas, para a minha estreia, isso não era uma preocupação. A 2ª transição, 2 minutos e 22 segundos, mais simples, muda sapatilhas e coloca boné. Vamos para a corrida.

A corrida

O dia estava lindo mas para a corrida era calor a mais. Teria que manter uma hidratação correta para tudo correr bem. E correu. Era o segmento que estaria mais tranquilo, fruto dos muitos quilómetros que tinha nas pernas. Mas não quis, outra vez, entrar em loucuras e lá mantive o meu "pace" tranquilo. De treino, reconheço. Uma hora e 43 minutos depois estava terminado o ultimo segmento.

5 horas e 34 minutos depois estava concluída uma prova cuja distância caracteriza um HALF IRONMAN. Tinha a minha medalha de FINISHER! Estava satisfeito, sentia-me muito bem e tinha superado mais um desafio.

A atmosfera á volta do evento era entusiasmante e o ambiente, talvez, "mais competitivo" do que estou habituado. Mas estou certo que há espaço para todos. Cada um terá os seus objetivos e deverá lutar por eles. Foi o que fiz.

Obrigado ao Clube Millenniumbcp, a todos os triatletas, familiares e amigos que marcaram presença no incentivo a todos.

Até á próxima.