

Half... Yes I Can!



Quando fiz a prova de triatlo de Cascais fiquei convencido que pelo menos um Half tinha que fazer a médio prazo.

Uma vez que o de Lisboa tinha a natação em recinto fechado e tratando-se da parte mais “desconhecida” ficou decidido que ia ser aqui a estreia.

A preparação começou aumentando o treino na piscina, aperfeiçoando a técnica e melhorando a resistência.

Já os treinos de bicicleta foram feitos sobretudo no ginásio nas máquinas estáticas. A verdadeira “máquina” só apareceu em fevereiro deste ano e só saiu para a estrada mais de um mês depois. A adaptação foi boa e as distâncias foram aumentando com facilidade. Alguns treinos efetuados a “solo”, permitiram tomar o pulso do que se estava a preparar (para um dia normal de Primavera).

Na véspera, o material foi-se espalhando pelo chão da sala e com as trocas de informação de que o tempo ia ficar mau, o volume de roupa foi aumentando.

No dia da prova, segundo a logística pensada do Mister Rui Ramalho, juntamo-nos ao Hélder e com a presença da fotógrafa Sofia dirigimo-nos alegres e bem dispostos para a zona de impacto.

Saídos do carro, vestimos os fatos de natação e lá fomos arrumando as coisas nos cestos. O meu parecia ter saído da lavandaria, repleto de coisas quentinhas!

Na saída para a primeira etapa, a manhã que parecia amena, fechou-se a chover e avisou-nos de que não nos íamos safar.

Na entrada para a água, uma agradável surpresa, não estava tão fria como parecia. Daqui para a frente, por incrível que pareça foi o único sitio onde se estava confortável.

Dada a buzina de saída e lá vai todo o povo para a água como se corresse para um baptismo obrigatório.

Na primeira volta tudo parecia dentro do normal; monte de pessoal á frente, montes atrás.

Tranquilo, continuo a remar.

Chegado á boia que dá inicio á segunda volta reparo que devo estar perdido, o restante pessoal passa na diagonal á minha posição ????.

Quando chego ao Oceanário pouca gente consigo avistar atrás de mim. Saio da água após 48 minutos, lindo! Se servissem bebidas, até tinha lá ficado mais tempo.

Saído da água... Ops, saído do charco, subo a rampa sem dificuldade, tiro o fato, seco-me com uma toalhinha (riam-se) e visto uma primeira camada seca e quentinha. Visto é como quem diz, enfio-a pela cabeça, mas ela enrola-se no peito e eu tenho as mãos geladas, o corpo treme como varas verdes e não a consigo puxar para baixo. Deixo cair os braços, recupero e puxo-a com toda a força para baixo. Ela arrumou-se. Ufa! Se não tivesse conseguido, acho que acabava aqui a minha fraca prestação.

Ponho o capacete e os óculos, pego na bicicleta e saio a caminhar e a tremer de frio.

Monto na bicicleta com facilidade e começo a andar. As mãos e os pés completamente gelados. Volto a entrar na água. LOL. Pensei que os segmentos fossem bem definidos.

Quando chego á via rápida, reparo que com facilidade se atingem os 42 kms por hora. É deixar andar, até á subida de Sacavém. Quando aqui chego na primeira volta as mãos estavam geladas e não conseguia reduzir para a pedaleira pequena. Quando não se sabe, tudo atrapalha!

As voltas foram passando e a chuva e o vento foram aumentando.

Na última volta deu-me a vontade para urinar, mas como ia a grande velocidade pensei que só iria parar quando a velocidade o justificasse.



A vinda para a Expo o vento estava de tal forma que o conta quilómetros apresentava 11 km/h. Três coisa me vieram á cabeça: o aviso que os prós tinham feito de rolar sem queimar músculo. Como é que ia fazer uma coisa dessas? Ia a descer, quase com a pedaleira pequena e a esforçar-me para quebrar o vento, tal como se fosse a subir para a Torre. Segundo, a esta velocidade até a correr lá chegava mais depressa. E por último, nem vale a pena urinar pelas pernas abaixo porque parado por parado, encosto e faço á vontade. E fiz e aqueci os pés (You know what I mean!).

Continuando para Bingo, a chuva tudo ia lavando.

Chegado á zona de transição, mudo completamente a roupa de cima e volto a vestir roupinha seca (parece parvoíce não é!), que bom que é. Mais 2 minutos seco!

But para a água outra vez (isto assim fica como que ... aborrecido!)

Quando começo a correr a chuva e o vento estavam quase no pico. O ritmo inicial foi miserável até chegar ao passadiço de madeira que com a ajuda do vento melhorou substancialmente.

Depois foi mais do mesmo, mais uma volta, mais chuva e mais grossa, mais vento e mais forte.

A zona de inversão, estava como eu gosto... em provas de Trail. Alagada!



E mais uma volta... mais lenta, mais vento, muito mais vento e mais chuva. Bem na realidade aquilo já nem era chuva. Para quem não viu, pode parecer exagerado, mas aquilo era uma tormenta. Nunca tinha visto uma cascata a sério, mas aquela pala do pavilhão de Portugal a debitar água cá para baixo deixou-me uma imagem do que deve ser uma das boas.

Acabada a prova, exausto, molhado, cheio de frio é hora de pegar toda a tralha para ir para o carro. A tralha é muita e estava muito pesada. Com a reserva de energia nas últimas foi com muito esforço que arrastei tudo até ao carro. Falha de principiante, faltou uma mochila.

Mas ainda não tinha terminado.

Quando cheguei ao carro, a chave não estava comigo. Com apenas duas t-shirts que a organização nos deu no fim por cima do corpo e meio molhadas do trajeto da Expo até ao carro fico a aguardar que os companheiros de luta cheguem.

40 minutos depois, eis que chegam e é hora para tirar a roupa molhada e aquecer o corpo na roupinha seca.

Penso que se não tivesse já passado por outras em que a partir de determinada altura o tempo previsto inicialmente para acabar foi substituído pelo chegar ao fim em condições de ainda conseguir comer um prato de sopa e beber uma bjeca, nesta, assim que sai da água (corrijo, da natação), tinha terminado a minha fraca prestação.

A todos vós que me incentivaram durante todo o tempo, obrigado. Ou se calhar deveria mesmo dizer ... vão-se mas é lixar, se fossem meus amigos tinham-me dito para desistir!

Estou a brincar.

Por nada tinha trocado esta prova com o que quer que fosse.

Agora posso Obamizar esta cena e dizer "Half, Yes I Can!"