

## **Intervista “Alfabetica”**

Di Gilberto Costa

### **Introduzione:**

#### *Cara Raffaella*

*Come per la tua amica Ilaria, l'idea dell'intervista mi è nata a Caprile nel dopo Rigantoca. Eravamo vicini di tavolo, notai e mi colpì la serenità, la tranquillità e il sorriso dolcissimo sul tuo volto...Ok, era da poco che avevi partecipato e concluso, Le porte di Pietra di 70 km, ma la Rigantoca nonostante i suoi 43 km resta sempre un impegno severo ...Sorriso che peraltro è una tua prerogativa e nel quale troveranno sicuramente conforto i tuoi “vecchietti”. Con voi al tavolo mi sembra ci fosse anche Sandro Motta?!...Stravolto.*

*Curiosando qua e la: tra le tante campionesse sportive nate nel tuo anno cito l'aborigena **Cathy Freeman**, atleta australiana campionessa olimpionica sui 400 metri, all'olimpiade di **Sidney del 2000**, dove peraltro è stata scelta come ultimo tedoforo, per accendere il braciere con la fiamma olimpica. E nel tuo medesimo giorno la biker norvegese **Gunn-Rita Dahle Flesjå** vincitrice della medaglia d'oro ai **Giochi olimpici di Atene 2004** nella mountain bike femminile.*

*Leggendo le risposte si evince la **sensibilità** e l'**umanità** del tuo “bagaglio” emotivo. Come già ho fatto anticipatamente via **Facebook**, plaudo per i valori e per il sentimento che hai trasmesso nelle risposte!*

*L'alfabeto, perché è la prima cosa che s'impara a scuola, e io ho tutto da imparare!  
Domande serie, altre di più... domande curiose.*

*Eccola :*

## **A “ Raffaella Scotto Busato”**

Maratoneti Genovesi



**A proposito del doping**

**R:**

*(Di la tua e attribuisigli uno o più aggettivi.)*

Prima di tutto una bugia raccontata a se stessi. La mancanza di rispetto nei confronti di chi è onesto. Irresponsabilità verso il proprio fisico

**Basta!**

**R:**

*(A cosa e ...cosa basterebbe...)*

Basta all'ipocrisia, all'egoismo ed alla maleducazione. Un sorriso ed il mettersi al servizio degli altri mi sembrerebbero un buon punto di partenza.

**Corsa**

**R:**

*(Che cos'è per te  
Perché corri)*

La corsa è libertà, spensieratezza, fatica. Sono obiettivi da raggiungere, sogni da accarezzare. Sono la compagnia e l'affetto dei miei amici.

**Descriviti**

**R:**

*(Che runner...carattere, hobby  
In poche parole com'è Ilaria.)*

Essendomi avvicinata al podismo da poco mi sto scoprendo anch'io giorno per giorno. Adoro i trail, il contatto con la natura, l'energia che mi ritrovo dopo tanti km sulle gambe. Come pure però una gara breve in pista. La mia prima passione: la pallavolo. Non penso riuscirò mai a smettere di giocare... ed ora anche di correre. La mia vita è poi la mia professione.. sono medico geriatra. Adoro cucinare. Dicono di me che sono una persona tenace, affidabile, un po' disordinata ed anche un po'... permalosa.. Ma cerco di lavorarci su...

***E ... se avessi fatto***

***Un altro sport?***

***R:***

*(Quale e con quali risultati)*

L'altro mio sport è la pallavolo. Ho iniziato a giocare ad otto anni ed a livello agonistico ho smesso la scorsa stagione. Ho militato in diversi campionati dalla prima divisione alla serie C.

***Famiglia***

***R:***

*( Presentacela. Animali  
domestici compresi )*

La mia famiglia è costituita dai i miei genitori Pia e Luigi, da mio fratello Fabio, sua moglie Maria, dai miei tre bellissimi nipoti, Anna, Luigi e Jacopo. I miei due gatti Emma e Ioda. E poi i miei affetti più cari Antonio Ilaria Silvia Lella Sandro Marco Gabri zio Pocci Liuba Insomma il mio microcosmo.

***Gare***

***R:***

*(La tua 1°gara, l'irrinunciabile  
la tua futura di "punta")*

La mia prima gara la Caruggincûrsa del 2007. La futura è la CCC. E poi a marzo chissà.. un piccolo sogno è la 100 km del Sahara. A proposito qualcuno vuole venire?

**Hanno detto....****R:**

*(Una "frase celebre" famosa, che ti è rimasta, vale anche una di un amico o di un familiare)*

Potrebbe essere peggio.. potrebbe piovere.

E poi barcollo ma non mollo!! (letta su una maglietta...)

**Ieri****R:**

*(Nel passato recente, o prossimo, o remoto che non dimenticherai Mai!)*

La mia prima schiacciata vincente!! Il giorno della mia laurea.  
La mia prima guardia. Un torneo di pallavolo in Olanda a 14 anni.  
Il sorriso dei miei genitori. L'arrivo alla maratona di NY.  
L'arrivo alle porte di Pietra con Ilaria e Marco con all'arrivo i nostri amici. I pomeriggi a fare torte con mio nonno.

**Libertà****R:**

*(Parola semplice, ma difficile  
La tua idea)*

Libertà è poter esprimere al meglio il nostro potenziale in tutto quello che facciamo. Libertà è poterci mostrare agli altri per quello che siamo con i nostri limiti senza paura di essere giudicati.

**Maratoneti Genovesi****R:**

*(Chi sono...cosa...)*

Definire i Maratoneti Genovesi una società podistica è riduttivo. Per me è stato trovare un ambiente sereno, familiare in cui ci si sente apprezzati per quello che si è e non solo per i tempi e piazzamenti nelle varie gare. E' l'ambiente in cui ho conosciuto persone che sono diventate sinceri amici.

**Non so che darei...**                    **R:**  
(Per far...o per cosa)

Sapere che le persone a cui voglio bene sono serene!

**Obiettivo**                    **R:**  
( Prossimo obiettivo come donna,  
e come podista? )

Obiettivi ne ho tanti.. finire a breve la mia seconda specializzazione in scienza dell'alimentazione. Finire la mia prima 100 km sui monti ad agosto. Nella vita personale... tanti sogni nel cassetto.

**Poni una domanda al tuo intervistatore**  
( Quella che vuoi.)

**Qual'è il tuo libro preferito?**                    **R:**

- Il vocabolario con il quale mi confronto tutti i giorno! -

**Quanti km hai "seminato"**                    **R:**  
**In giro per qua e la**  
**E i quarantadue cento...**  
(Aneddoti, curiosità.....  
Cosa sono? L' hai mai corsi...)

Quando ho iniziato a correre, circa due anni e mezzo fa, mi sono iscritta alla maratona di NY senza aver mai corso per più di 8 km di seguito sei mesi prima. E' stata un'esperienza unica trovarmi da sola in mezzo a tutti quei podisti. Da quel momento in poi km in effetti ne ho percorsi parecchi! Novembre scorso la maratona di Firenze finita in 3 ore e 52. Spero di migliorarmi alla prossima!! Ad agosto la CCC sul Monte Bianco! Un'immagine che mi

viene in mente è una sera di ottobre, diluviava, io Ilaria e Sandro a ridere e correre felici sotto un diluvio.

**Rewind, inizio tutto...**                      **R:**  
(Quando è scattata la "scintilla"  
per la corsa. In quale occasione?)

Circa due anni e mezzo or sono una mia amica mi ha chiesto se potevo accompagnarla a correre.. io, da vecchia pallavolista, le ho risposto "correre?? Ma io gioco a pallavolo!!!" poi non ho più smesso..

**Sorriso**    **R:**  
(A chi lo regaleresti se fossi in possesso  
di una "bacchetta magica")

A chi ne ha bisogno. Frase scontata ma la più sentita.

**Trail...Ultra...**                              **R:**  
(La tua dimensione ...ergo  
cosa scatta in te e...)

I trail sono forse la dimensione che più si avvicina al mio modo di essere. Anche se non ne ho fatti tantissimi.. di fronte a tanti km ho imparato ad andare avanti passo dopo passo, creandomi obiettivi intermedi. Arrivare alla fatica e scoprire che ho energia per andare oltre. È la sfida contro se stessi, è l'amicizia di Ilaria, la sua esperienza. Mi sento molto fortunata a poter condividere con lei e con altri amici questi momenti.

**Una (auto) domanda**                              **R:**  
(Fatti una domanda alla quale  
Vorresti rispondere, e che ahimè  
Non mi è venuta in mente!)

**Tra podismo e pallavolo cosa preferisci?**

Me lo chiedono da almeno due anni. La pallavolo è stato l'Amore della mia infanzia ed adolescenza. E' stato davvero bello scoprire e scoprirsi attraverso una nuova passione. Il primo amore non si

scorda mai... ma il benessere che provo mentre corro è unico

***Viaggi “nel tempo” nel passato o nel futuro?***

*(Se si potesse quale scegli, e perché?)*

A dir la verità non lo so.. forse quando erano giovani i miei genitori od i miei nonni, per poterli conoscere e riscoprirli in un modo diverso.

**Zena**                      **R:**

*(Cosa ti fa pensare)*

Genova è la mia città, sono le mie strade che conosco a memoria, è la culla dei miei ricordi. E' la salita per arrivare al Fasce e poter dire "come siamo fortunati!!"

**A te la “chiusura”:**

grazie... il tuo invito è stato inaspettato ma molto gradito! Un saluto a tutti!!

Un abbraccio

Raffaella

*Di Gilberto Costa*

[gilbertocosta@hotmail.it](mailto:gilbertocosta@hotmail.it)