

Questo sito utilizza cookie tecnici e di profilazione propri e di terze parti per le sue funzionalità e per inviarti pubblicità e servizi in linea con le tue preferenze. Se vuoi saperne di più o negare il consenso a tutti o ad alcuni cookie [clicca qui](#). Chiudendo questo banner, scorrendo questa pagina o cliccando qualunque suo elemento acconsenti all'uso dei cookie.

Accetto

CORRIERE DELLA SERA

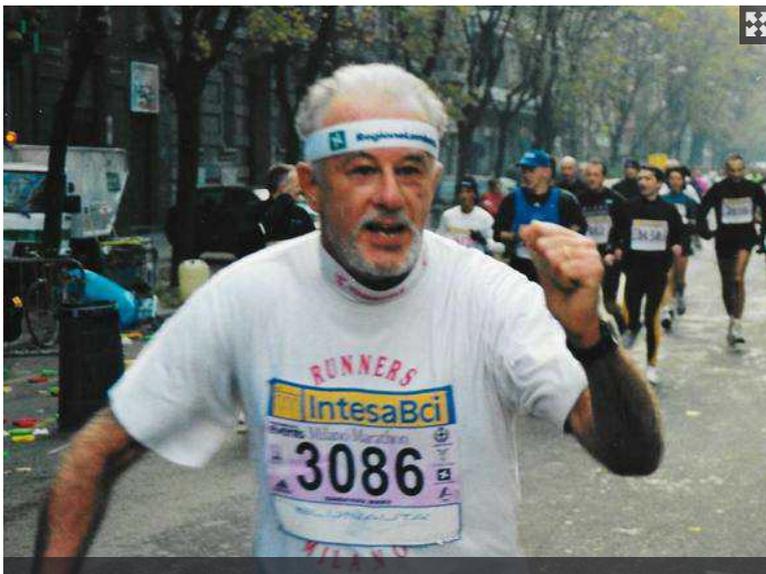


LA STRAMILANO DEL 19 MARZO

## «Le ho fatte tutte, e vado avanti Il mio segreto? Divertirmi correndo»

Mirco Barbavara, 77 anni, record man della Stramilano. Dalla prima, storica, nel '72, partita alle nove di sera, a quella di domenica 19 marzo. «Ci sarò, come sempre, con la voglia di stare bene e di gioire insieme alle migliaia di altri atleti pronti a sfidarsi»

di Martino Spadari



«Le ho fatte tutte, dal '72, la prima, ad oggi. Tutte tranne tre: due perché impegnato in gare di sci, e una, nel '95, perché sono andato a fare la maratona di Londra». Chi parla è Mirco Barbavara, anni 77, atleta e art director in pensione. «Andavamo tutti a giocare a carte al Bar Metropol, in via Procaccini, a Milano, quel bar dove ogni tanto spuntava il nasone di Gaber che veniva ad annusare l'aria per creare i suoi capolavori. Lì si è ispirato per il brano "Riccardo che gioca sempre a biliardo...". Beh, in quel bar è nata anche l'idea di fare la Stramilano, nel '72. L'intuizione l'hanno avuta Renato Cepparo, un industriale, e Giancarlo Sisti, quel velocista azzurro che ha partecipato alle Olimpiadi del '60 a Roma, quelle della medaglia d'oro a Livio Berruti: negli anni '70 Sisti aveva un negozio di scarpe da running, il primo in Italia, in via Canonica». Mirco ha gli occhi azzurri che sembrano fissi su un traguardo, uno qualsiasi: racconta la Milano del boom industriale degli anni 50 e 60, quella della crisi petrolifera del 70 e dell'idea di mettersi a correre per divertirsi, per stare in compagnia degli amici. «Ma sì, io ho iniziato con lo sci, nel gruppo sportivo Fior di Rocca. Poi mi sono iscritto alla Road Runners Club Milano e con gli amici ho iniziato a fare le tapasciate, la prima quella di Busto. Nel '72 è partita la prima Stramilano, ed io ero lì, in prima fila. Al tempo si partiva da viale Suzzani, dalla fabbrica di Renato Cepparo. Ah, la partenza era di sera alle 9: ricordo che faceva freddo, era marzo, e pioveva.

CORRIERE DELLA SERA

SERIE A

**Palermo-Roma 0-1: la diretta  
Inter da urlo: 7-1 all'Atalanta**

di Franco Fiocchini



Straordinaria la squadra di Pioli, che in 33 minuti va sul 5-0 e chiude l'incontro

DIPLOMAZIA

**Tensione Olanda-Turchia:  
«Nazisti, la pagherete»**

di Andrea Nicastro e Redazione Online



Scambio durissimo tra il presidente turco Erdogan e il premier olandese Rutte



LA GIORNATA AL LINGOTTO

**Tra big e militanti:  
«Meno pop, più  
socialismo reale»**

di Marco Imarisio, inviato a  
Torino

Romano scherza: «Non più garibaldini». E una coppia sospira: magari fosse il 3 dicembre



L'ANALISI

**Detoscaizzazione  
sul palco: gli ex ds  
tornano protagonisti**

di M. Ima.

Qualcosa sta cambiando nel renzismo e soprattutto nella sua percezione da parte degli adepti

Avevamo la pagine dei giornali sullo stomaco per ripararci dal vento gelido. Anche allora, come per tanti anni a seguire, gli automobilisti ci suonavano dietro perché bloccavamo per pochi minuti il traffico serale».

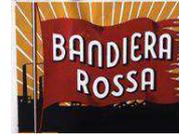
### Art director della corsa

Domenica 19 marzo 2017 Mirco ci sarà ancora una volta alla Stramilano. «Sì, proverò a correre. Non sono più quello di una volta. Il medico mio amico mi ha anche detto di non correre più per non rovinarmi le giunture ma una corsetta, se posso...». Il vero atleta non molla mai. E lo fa con il sorriso sulle labbra, come l'art director Barbavara: «Io voglio divertirmi, ho sempre seguito questa filosofia nella mia vita, e questo resta il mio segreto. Per questo ho unito il mio lavoro alla mia passione e nel 1980 ho creato con altri colleghi la rivista "Jogging", la prima in Italia dedicata a chi corre e cammina. E ancora adesso quello che voglio è stare in compagnia di chi si allena, corre e ha voglia di stare bene».

### Record

Siamo all'edizione numero 46: quale è stata la migliore Stramilano di Mirco Barbavara, quella che si porta nel cuore. «A parte le prime, che erano da veri pionieri con la voglia di correre per le strade di Milano, quella che ricordo con piacere è la numero 40, nel 2012: all'arrivo mi hanno festeggiato, fotografato, intervistato. Sono stato felice perché ho rappresentato una delle anime di questa gara meravigliosa. Poi non dimentico quella del 1993: l'ho chiusa in 1 ora, 41 minuti e 13 secondi, il mio migliore tempo in una mezza». Ovvio, il signor Mirco si presenta con la giacca ma con indosso le scarpe da runner: «Non le abbandono mai, sono comode e io ci cammino bene. Nel mio archivio ho anche nove maratone, e tra queste Londra sotto le 4 ore, anche se ho il piccolo rimpianto di non aver fatto la decima. Ma mi consolo: in trent'anni ho portato a termine 500 gare, e tra queste metto al primo posto le mie 42 Stramilano,... non sono poche».

12 marzo 2017 (modifica il 12 marzo 2017 | 20:58)  
© RIPRODUZIONE RISERVATA



IL CASO

**Bandiera rossa lasciata agli ex, come in un divorzio**

di Luca Mastrantonio

Tra canti e gesti da vetero-comunisti, c'erano gli ex D'Alema, Bersani, Speranza, Rossi ed Emiliano

TI POTREBBERO INTERESSARE ANCHE



**Al via la prima mezza di stagione Il 19 si parte con la Stramilano**



**Dal «derby» RomaOstia-Stramilano alla granfondo di**



**Stramilano, al via il 20 marzo la corsa per il centro della città**

LEGGI I CONTRIBUTI

SCRIVI

ALTRE NOTIZIE SU CORRIERE.IT

Entra in DoveClub

Ti aspetta un 2017 ricco di Viaggi. scegli la tua prossima meta



Tutto sui mutui. Segui il nuovo canale

