

SCIROLI, CICLISTA DA GUINNESS: "IN BICI 224 ORE DI SEGUITO"

24 Luglio 2011

TERAMO – Lo scorso maggio, sotto la pioggia, il teramano Patrizio Sciroli ha fatto esplodere di gioia Piazza Martiri della Libertà per una prestazione entrata nella storia del Guinness World Record.

Con il suo ritrovato record di pedalata statica, lo spinning, ha portato alla ribalta mondiale la sua città e l'Abruzzo intero.

Sono 224 ore, 24 minuti e 24 secondi, i numeri della super pedalata statica; 68 mila le chilocalorie spese dal bikeman classe '59, che ha riposato in 10 giorni 11 ore e 35 minuti.

Un'emozione amplificata nella sua Teramo, rispetto alla vittoriosa esperienza del 2008 a Tossicia (Teramo).

Nonostante una gara caratterizzata da alti e bassi, da momenti duri, allucinazioni e dolori vari, "il ciclista", ha proseguito imperterrito fino al proprio obiettivo, al limite della lucidità.

Una prestazione indubbiamente sofferta, un viaggio "mentale" che solo in pochi riescono a sostenere.

Incoraggiato dalla propria famiglia, supervisionato dalla Croce bianca e da uno staff amico, sono trascorsi 10 giorni di pedalata con soli 5 minuti cumulativi di pausa.

Costruito giorno dopo giorno, con impegno e determinazione, l'importante successo ha comportato sacrifici alimentari, fisiologici e fisici.

Entrato nell'ambito libro dei record, Patrizio è tornato alla vita di tutti i giorni, continuando ad allenarsi per intraprendere nuove sfide.

Umile e intraprendente, sta mettendo nero su bianco, grazie a un'iniziativa editoriale, la recente impresa, raccontando gli aneddoti più profondi.

In primis il suo sentirsi "prigioniero" nel corso della gara e voler a tutti i costi scappare, ma anche, nell'ultimo giorno dell'impresa, il suo "risveglio" in dirittura d'arrivo, generato dall'incitamento del pubblico teramano.

Tanto il dolore e la fatica da non conoscere più il motivo per cui fosse su quella bici.

Una storia incredibile da comprende, ma in fin dei conti un racconto di un recordman: un uomo unico al mondo nella propria specialità.

Qual è stata la sensazione provata al raggiungimento del record?

È stata un'emozione immensa aver raggiunto il traguardo dinanzi al mio pubblico che ho visto piangere per la gioia in piazza Martiri della Libertà a Teramo. Avevo già fatto un'esperienza del genere a Tossicia nel 2008, in cui ho battuto il record dell'americano George E. Hoods pedalando 5 ore in più.

Com'è nata la tua passione per lo spinning?

Mi sono innamorato di questo sport nel '97, all'età di 38-39 anni, quando sono salito per la prima volta su una bici statica. La cosa era legata alla lezione di un'ora con musica e pedalata: è stato un colpo di fulmine.

Come ti è venuta l'idea di partecipare al Guinness World Record?

Nel 2002-2003 mi dedicavo a 2-3 ore di spinning, poi giocando mi è venuto in mente di farci un record.

Così sono andato in cartoleria a comprare il libro dei Guinness e ho visto che una donna dell'Illinois aveva pedalato per tre giorni: ho pensato che potesse farlo anche un uomo e ci ho creduto.

Poi Eddy Contely ha pedalato per cinque giorni. Allora ho continuato a lavorare facendo delle simulazioni che mi hanno

portato a pedalare 20-25-30 ore fino a 60 ore alla volta.

Nel 2008 Contely ha pedalato 131 ore, poi George E. Hoods è arrivato a 177 ore.

Con grinta, forza e determinazione, fra allucinazioni e alti e bassi sono arrivato a fare 5 ore in più, stabilendo a Tossicia nel 2008 il record mondiale di 182 ore di pedalata statica.

Nove mesi dopo un iraniano, con 10 ore più, ha preso il record; un anno e mezzo dopo il solito George Hoods ha pedalato oltre 40 ore in più arrivando a 222 ore, 22 minuti e 22 secondi.

Io sono andato avanti nella sfida e ho fatto di tutto per portare il Guinness nella mia Teramo, pagando anche i giudici per farli assistere alla gara.

Così, dal 6 al 15 maggio in Piazza Martiri della Libertà ho messo a segno il mio nuovo record: 224 ore, 24 minuti e 24 secondi.

Parlaci della gara. Tanti i sacrifici e numeri da brivido.

In totale ho bruciato 68 mila chilocalorie! Ho pedalato 10 ore di fila, dal 6 al 15 maggio, con pause cumulative di cinque minuti.

La scelta della postazione non è stata delle migliori. Il mio intento era guardare il corso di Teramo che mi dava forza, ma il vento freddo serale mi ha provocato delle coliche e dei dolori di pancia.

Sono andato avanti con cuore e umiltà nonostante la stanchezza, il peso di tutto, le allucinazioni, la mancanza di sonno e la voglia di scendere che si è manifestata più volte, ho vinto la mia "maratona mentale".

Vicini a me c'erano mia moglie Tiziana, i miei figli Stefano e Federica, la Croce bianca, 25-30 persone della palestra, e un signore che ha pedalato vicino a me.

Si tratta di Lorenzo Mosca, un ciclista dilettante di Teramo, che ringrazio. Ho pedalato minimo 6 ore la volta e in totale ho riposato 11 ore e 35 minuti, i 17 minuti di pausa che mi restavano non li ho mai presi. Ho dormito 25 minuti al giorno e una volta 1 ora e 5 minuti.

Cosa hai mangiato? Come hai fatto per andare in bagno?

Ho assunto degli integratori liquidi, dei prodotti Multipower. Mia moglie mi ha preparato 40-50 grammi di riso in bianco e un boccone lo facevo durare 5-10 minuti.

Per quanto riguarda le proteine ho mangiato bresaola, prosciutto, polpette in bianco fatte a pezzetti.

Per andare in bagno invece ho sperimentato una mia invenzione: ho tagliato a metà mezza luna e gabbia del parapendio a motore e ho posizionato il tutto vicino alla mia bici, coperto da un lenzuolo nero.

Per far sì che il record andasse avanti dovevo completare un'intera ora, così facevo, durante la gara, pipì 3-4-5 volte.

A chi ha dedicato il tuo successo?

Sicuramente alla mia famiglia e alla città di Teramo. Hanno assistito sotto la pioggia al mio arrivo 2000 persone, che mi hanno "svegliato" incitandomi fino alla vittoria.

Quali sono le altre passioni di Patrizio Sciroli?

Pratico da 21 anni il parapendio e ho una passione per lo sci. Prima giocavo a calcetto. Mi piacciono tutti i generi di musica.

Che tipo di carattere hai?

Sicuramente la mia caratteristica principale è l'umiltà. Sono altruista, buono e bravo con tutti.

Con il tuo record avrai collezionato dei soprannomi..

Sì, qui a Teramo mi chiamano in diversi modi: "il ciclista", "recordman" e "l'uomo 224" (come le ore della pedalata).

Quali sono i tuoi progetti futuri?

Sto preparando un duetto acrobatico per le serate: trenta minuti di spettacolo fuorisella con musica al massimo.

Attendo anche una risposta da Londra per un mio progetto collegato alla palla a mano (Interamnina), con una 24 ore fuorisella.

Quando scendi dalla bici chi è Patrizio Sciroli?

Una persona normale. Faccio il tappezziere, ma dato che ultimamente c'è poco lavoro sto aiutando mio fratello in ricevitoria.

Allestisco anche delle scenografie per i saggi di pattinaggio.

Hai intrapreso un'interessante avventura editoriale...

Sì, grazie a Cristina Mincioni verrà pubblicato nei prossimi mesi un libro sulla mia esperienza. Ci sarà spazio per molti aneddoti e per le sensazioni provate nei momenti di sofferenza.

Per esempio nel sonno ho immaginato un finale di gara da film: mentre ero impegnato nella pedalata pensavo di dover creare dei cancelli, dodici, superiori a un metro.

Mentre stavo costruendo il settimo il presidente della Croce bianca mi ha svegliato e ne mancavano ancora cinque.

Sul palco con me, nella gara reale, c'erano altre due bici, una a destra e una sinistra, come supporto, ma nel sogno costituivano una prigione che mi causava sofferenza e voglia di evadere.

Ora che sei un recordman qual è il tuo prossimo obiettivo?

Sicuramente mantenere questo record, considerando anche il fatto che ho 52 anni. Pensa che il mio rivale americano George E. Hoods ne ha 54.

Sentirete ancora parlare di me perché la mia sfida continua.