

Io sono un Cyclist • Nicolas Meletiou



Io e la bici: solitari pellegrini

Nicolas Meletiou è un imprenditore illuminato. Scoperta la bici per uno infortunio da runner, ha messo a punto la raccolta di copertoni e camere d'aria esausti per dar loro un nuovo futuro

La mia storia ciclistica nasce da un infortunio. Sono un runner amatoriale e tutto accadde alla Maratona di Copenaghen, a maggio dello scorso anno, dove mi dislo il tendine di Achille. Sergio Migliorini, medico dello sport e mio caro amico, mi dice che l'unico modo per uscirne è andare in bici.

L'idea mi metteva un po' di apprensione, non sono mai stato un ciclista. Seguo il suo consiglio e vado in un negozio della grande distribuzione. Non volevo spendere tanto, visto che le ultime pedalate risalivano a quando ero un bambino. E così ho iniziato a fare 50 km ogni mattina, prima di andare al lavoro. Torno da lui e gli racconto delle mie uscite, ma lui mi dice che quel mezzo non va bene, ne serve uno più adatto a tanta strada. **E così prendo una bici per macinare km e non rompermi la schiena.**

Il mio sogno è sempre stato fare il Cammino di Santiago, e l'idea di farlo su due ruote ha iniziato a prendere forma. Ma non mi sentivo ancora pronto, meglio pianificare prima un altro viaggio più breve. Da Parigi attraverso la Normandia, con modello da turismo con cui trasportare il necessario. **Vestiaro, tenda e sacco a pelo con me.** Da solo, per 16 giorni. Da fine luglio a metà agosto (900 km in bici e 120 di corsa).

Per prepararmi ho allungato la distanza e così la domenica con una bici da corsa mi spingevo fino a 160 km. Mi sono serviti per farmi la gamba ai 60-80 km che poi ho

fatto con la bici carica.

L'emozione più grande è stato l'arrivo a Mont Saint Michel. Era il mio sogno da bimbo. Ne avevo sempre sentito parlare, insieme a Saint-Malo, nelle storie dei pirati che mi affasciano sin da piccolo. Quasi 40 chilometri prima mi sono fermato per arrivarci camminando e godermi la vista. Sono vedovo, ho perso mia moglie sei anni fa per un cancro. Avevo necessità di stare da solo con me stesso ma anche un po' con lei. Ed era anche per lasciarla andare via e non trattenerla più qui. Quella notte, il 10 agosto, ho dormito in un campeggio nella foresta. Ho assistito a uno spettacolo straordinario: una miriade di stelle cadenti da perdere il fiato.

Questa estate mi sono sentito pronto e ho fatto sempre da solo un viaggio di 24 giorni per arrivare fino a Santiago di Compostela, percorrendo il più antico dei Cammini, dalla Tour Saint Jacques a Parigi, dove sono arrivato caricando la bici su un pullman da Milano.

Sono arrivato nella capitale francese molto presto la mattina, sentivo la città tutta per me.

Ho affrontato il viaggio da selvaggio.

La filosofia era: pedalo quanto mi sento. In

Il 58enne Nicolas Meletiou, managing director della ESO - Società Benefit, lungo il Naviglio che porta a Pavia e in una sosta lungo il Cammino di Santiago che ha percorso tre mesi fa partendo da Parigi. Ha pedalato 20 giorni per 1.673 chilometri, durante i quali ha perso 5 chilogrammi. Come imprenditore ha lanciato di recente l'iniziativa esosport bike rivolta ai negozianti di bici, bike sharing e Comuni, per la raccolta di copertoni e camere d'aria di bici che, una volta riciclati, possono generare materia per realizzare pavimentazioni per parchi giochi e piste di atletica denominati *Il Giardino di Betty* e *La Pista di Pietro*, dedicati al grande atleta Pietro Mennea

base alle distanze e al profilo altimetrico. Quando ero stanco cominciavo a guardare le mappe e a valutare dove riposarmi. In Francia in campeggio, poi ho spedito a casa le borse e in Spagna ho alloggiato negli "Albergue" lungo il cammino.

È un'esperienza che dovrebbero provare tutti, aperta a ogni essere umano di qualsiasi dottrina egli porti con sé.

Nei Montes de Leon, a pochi chilometri da Foncebadoón si trova la Cruz de Hierro.

È tradizione portare un sasso da casa e lanciarlo lì, simbolicamente si lascia il proprio fardello. È un posto magico, c'è una chiesetta. Si contempla la natura, e la propria vita.

Mi sono appena stirato un polpaccio durante una mezza maratona e visto che il mio obiettivo è partecipare alla Maratona di New York ho ripreso a pedalare. Mi sono rimesso ad andare da Rozzano a Pavia lungo i Navigli ogni mattina. È stato proprio durante una di queste pedalate che circa un anno fa è nata l'idea di esosport bike. Buco un pneumatico e penso: "che tragedia". **Guardo la bici come fosse un mostro.** Chi passava chiedeva se serviva una mano, i ciclisti sono sempre solidali.

Una volta che finisco mi resta la camera d'aria e mi chiedo: e ora? Vado in un negozio per consegnarla e mi dicono: "Per carità, non sappiamo come smaltirla". E da lì mi si accende la lampadina. E così nasce esosport bike che si affianca a esosport run, il progetto rivolto alla raccolta e al riciclo di scarpe sportive per realizzare la pavimentazione di parchi giochi e piste di atletica. Sono già un'ottantina i negozi che hanno aderito e dove sono presenti i nostri raccoglitori per la raccolta di copertoni e camere d'aria esausti. Ci dicono che i ciclisti sono molto contenti per il loro materiale riciclato correttamente. Abbiamo l'appoggio anche della FCI - Federazione Ciclistica Italiana, che ci ha dato il suo patrocinio. 📍

Ho affrontato il viaggio da selvaggio. La filosofia era: pedalo quanto mi sento. In base alle distanze e al profilo altimetrico. Quando ero stanco cominciavo a guardare le mappe