



## PROGRAMMA

Saluti Istituzionali - Enrica Lena e Renato Bandera

Maurizio Mondoni

"I personaggi illustri dello sport di Cremona e provincia"

Premio AICS 2025 - Raccontare lo Sport-  
" Fuori tempo massimo" - di Cinzia Carotti -

Dialoga con gli Autori - Claudio Ardigò - critico letterario

Presenzieranno - Alessia Vallara - Daniele Signore dell'ASD  
Atletica -Mente

Irruzione iniziale e finale dell'ASD APS Teatrodanza

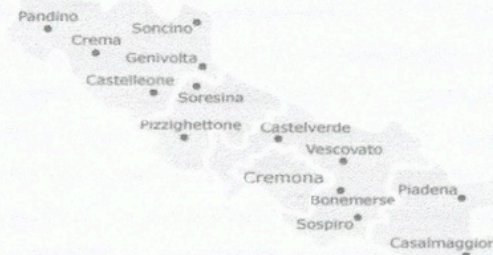
...



# Maurizio Mondoni



## I personaggi illustri dello sport di Cremona e provincia



Saloncino Filo Piazza Filodrammatici  
Cremona

23 GENNAIO 2026 h. 18.00

**Fuori tempo**  
**di Cinzia Carotti**

Il primo corpo che ricordo non è il mio, è quello di mia madre.  
Vittorio Lingiardi, Corpo, umano.

Non esiste un modo facile per dirlo, arrivi sempre fuori tempo. Il lutto ha una funzione di catalizzatore, innesca una scintilla che risveglia una fibra nascosta quasi segreta. Paralizza ogni tipo di “prima” e annebbia ogni possibilità di “dopo”. Sale una nebbia, fitta, crudele e tutto quello che avevi programmato resta sullo sfondo incapace di essere attrattivo come un tempo. Quando si perde la madre si è irrimediabilmente soli e il corpo lo sa. Registra la nuova situazione con un allarme sottile: bisogna prepararsi a vivere senza un amore perfetto e completo. La persona che nella cura ha riversato un amore fuori da ogni tempo, appunto, cade nel silenzio e l'ossigeno scarseggia. Alcuni valori del sangue si compromettono, il cuore non è saldo. Un dolore costante, non eclatante, diventa un ospite fisso e ti scopri nelle mattine più lente a bere un caffè fissa nel vuoto senza alcun desiderio concreto. Il lutto porta con sé altri misteri. Si diventa recettivi, lo stato di allarme generato dalle assenze produce misteriose risposte neurali. Si capisce al volo che qualcosa non va, e quel qualcosa siamo noi, in un bilancio complessivo. Quando guardiamo un'opera d'arte, un film o in generale un corpo “amato” i nostri neuroni si flettono, si allargano per fare spazio a qualcosa che diversamente non avremmo potuto conoscere. Stiamo assorbendo un'altra vita, stiamo proiettandoci in un'altra possibilità. Mentre scrivo queste righe osservo la palestra davanti al caffè. Il personal trainer sta aprendo e un piccolo gruppo di persone attende di potersi allenare.

... fuori.  
Lo sport non ha mai fatto parte della mia vita e nemmeno della mia famiglia. E' un mondo altro su cui non sono mai atterrata ma ha sempre bussato come un destino. Lavoro con lo sport ma non lo conosco nelle fibre muscolari. Frequento la disciplina, la severità, talvolta la costanza, ma hanno assunto la forma dei libri e dello studio. La scrittura è una padrona arrogante ed essere giornalisti oggi esige una severità senza precedenti. Mi sento, però, affine ai ragazzi che scalpitano mentre il sole è carico da poche ore. Mi dico che sarà per domani e rimando la curiosità.  
...tempo.Quando arrivo in ufficio sono come stordita. Ho dimenticato cosa avrei dovuto fare, cosa avrei dovuto aver fatto nei giorni precedenti e ritorna il senso di sospensione come una nebbia così spesso da farmi arrendere sulla sedia mentre il pc si carica e mi accoglie. Cerco di essere quella Cinzia di qualche mese fa. Qualcosa che non percepisco ma che riproduco nei medesi gesti e parole. Un disco, quello sì, abituato ad andare a tempo. Non siamo altro

che corpi ammaestrati mi convinco e rispondo al telefono nella speranza di essere precisa. Devo fare un'intervista per una nostra atleta locale che rema per una Canottieri in riva al fiume. Segno ora e luogo, persino la via. Dimentico tutto mentre mi carico in macchina e cerco di darmi un senso. Arrivo in ritardo. Il traffico della bassa padana nei mesi invernali ha ritmi diabolici. Ci troviamo nello stesso caffè di questa mattina e i contorni conosciuti mi rassicurano. La ragazza è straordinariamente giovane rispetto ai miei quasi quarant'anni. Mi racconta la gara mentre il suo caffè si fredda sul tavolo. Sembra quasi di vederla dove per qualche secondo sfuma il primo posto colorandolo d'argento. Sento la sua fatica, l'orgoglio dei giorni spesi a gareggiare contro i propri limiti.

... sempre in tempo, dice.  
Quando ci stringiamo la mano mi indica la palestra dove si allenava precedentemente. Mi dice che è semplice iniziare. Mi convinco a fare il primo passo, la sua freschezza ed entusiasmo sono contagiosi. Appena mi lascia, attraverso la strada e chiedo informazioni. Esco con una scheda e un abbonamento di prova. Sono facile da persuadere.  
... sempre fuori, dico.  
Ormai ho l'abbonamento annuale. Per quattro giorni alla settimana ho un appuntamento irrinunciabile con il tempo annotato in scheda. La fatica dei muscoli è diventata una compagna quasi piacevole mentre il corpo torna ad assomigliare a sé stesso. Il dolore è una forma leggera che si inframezza nel bruciore dei polmoni durante la corsa. L'assenza di ossigeno mi ricorda le estati infuocate nel mare di Rimini. Mia madre mi aspettava sulla battaglia mentre cavalcavo le onde senza alcuna coordinazione ma con il piacere estremo di dirigermi in nessun dove. L'ossigeno arrivava in ritardo e mi obbligava a fermarmi mentre mio padre mi raggiungeva provando con pazienza a darmi un tempo. Mi imponeva di respirare. Mi impongo di respirare.

... prima serie  
Cinque ripetizioni da 30 kg mentre il petto urla. I valori del sangue e della pressione sono sotto controllo, obbediscono a quei momenti di ribellione contro il tempo e il destino che non possiamo cambiare. Ripenso ai libri che prendevo in biblioteca e mi sembravano pesantissimi per i miei dieci anni. Ci pensava mia madre a sollevarmi dai pesi e non faceva in tempo a portarli al bancone che ne avevo racimolati altri. Il lato passeggero della cinquecento blu era sempre sommerso da libri in prestito mentre tornavamo a casa cantando. Di solito Battisti. Mi devo ricordare di respirare.  
...seconda serie  
Cinque ripetizioni dorsali. Il silenzio concentrato dei presenti mi proietta in un flash preciso. Cinema in tempo di Covid-19. Nella piccola sala mia madre, io e una commedia italiana che sembrava non voler accettare la gravità del mondo. Quel silenzio era carico di concentrazione e attesa per qualcosa solo da immaginare. Mi fermo per recuperare il respiro, mi obbligo a contare.  
... terza serie

Sulle gambe sono 35 kg e sento il peso di una fatica assoluta. Una strana sensazione che mi ricorda la mia laurea. La malattia di mia madre era entrata prepotente in quella gioia frantumando gli anni a venire. Il corpo ha una risonanza, dicono, e in quel percorso avevo smarrito i contorni che ora vedo fin troppo bene. Posso parlare ora. Posso dirlo ora.  
Respiro e recupero. Carico. Conto.

Conto i respiri, le ripetizioni, i minuti sul cronometro. Conto per non perdermi, per restare dentro il ritmo che ho imparato a costruire. Ogni numero è un piccolo passo avanti, una misura del tempo che torna ad esistere. Ogni numero è un modo per dirmi ci sono. E forse è questo che lo sport fa davvero: ti costringe a esserci, a pesare il tuo corpo nel tempo, a ritrovare una misura.  
A contare – sì, anche fuori tempo massimo.