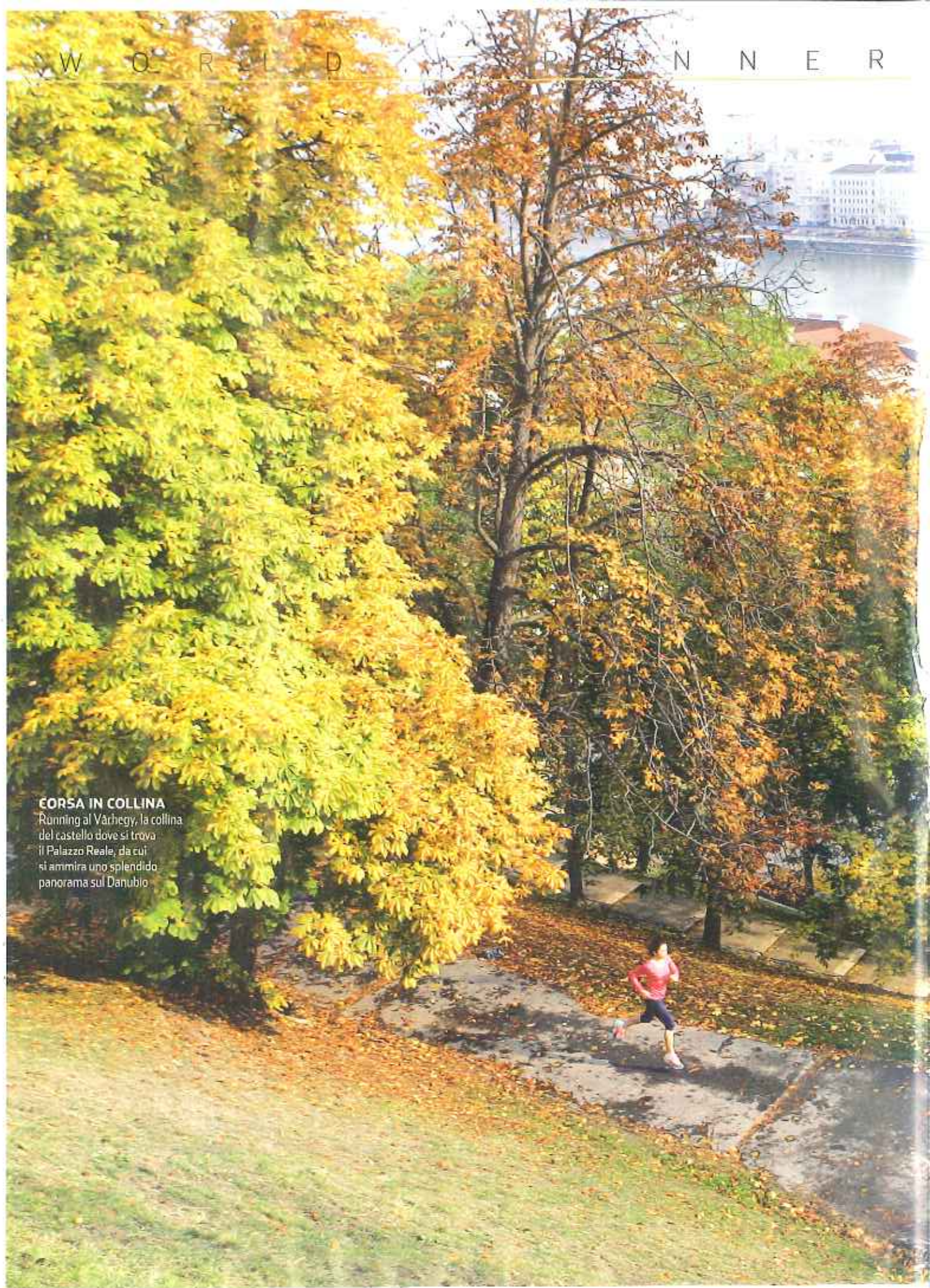


**CORSA IN COLLINA**

Running al Várhegy, la collina del castello dove si trova il Palazzo Reale, da cui si ammira uno splendido panorama sul Danubio







# Le due anime di Budapest

Divisa dal Danubio, l'austera capitale ungherese vanta splendidi palazzi, ponti spettacolari, storici bagni termali e un'intera isola dove poter correre. La maratona è a ottobre, la mezza in primavera

Testi di IRENE RICHETTI  
Fotografie di MARCO C. STOPPATO



**LA SVEGLIA SQUILLA** prima dell'alba. È ancora buio pesto e tutto è silente. Non amo le levatacce, ma non ho scelta, il volo decolla alle 7 del mattino.

In aeroporto cerco il mio gate, quindi mi accomodo su una poltroncina troppo rigida per appisolarmi e inizio a leggere la guida di Budapest. Poco dopo una signora dai grandi occhi celesti e una cascata di riccioli bianchi si siede accanto a me mettendosi a parlare in inglese. Racconta che è ungherese ed è in viaggio da ventitré ore perché è andata in America a trovare la sorella. Spiega che ha una figlia sposata con un famoso musicista che è sempre in giro per il mondo per concerti. È incalzante nel racconto e nelle domande; mi chiede quale sia la mia meta e sorride quando le dico che è la capitale ungherese che visiterò in occasione della maratona. «Maratona? Davvero? Dove si snoda la corsa? Come ti chiami? Farò il tifo per te», mi dice con piglio sicuro. Vestita in modo casual, scarpe da running ai piedi, energica, ma allo stesso tempo compassata nei modi e con un che di romantico, proprio come la sua città: Budapest.

Adagiata sulle sponde del Danubio, austera, la capitale d'Ungheria vanta splendidi palazzi, ponti spettacolari, bagni termali (con ben ottanta sorgenti) e un'intera isola dove poter correre. È una metropoli di 1,8 milioni di abitanti, ma anche un luogo con due anime: sulla riva occidentale del fiume c'è Buda con le sue colline, su quella orientale Pest. Due zone molto diverse, e due città distinte fino al 1873: Pest più caotica e moderna, Buda più antica, dominata dal Várhegy, la collina del Castello da cui si abbraccia con uno sguardo la città intera. Qui si trova il palazzo reale (un



**ARIA DI CULTURA**

Qui a fianco, la stazione ferroviaria Keleti pályaudvar. Sotto, il Museo di Belle Arti con la mostra temporanea. In basso, allenamento lungo la pedonale che circonda l'Isola Margherita. Nell'altra pagina, Irene in Piazza degli Eroi, ubicata nei pressi del parco municipale Varosliget; Più in basso, uno scorcio panoramico in notturna e di giorno del fiume Danubio



duce all'ultimo piano dove sorseggiamo un aperitivo con vista Danubio; su tutto domina il Parlamento con i suoi 268 metri di lunghezza e le "ali" simmetriche arricchite da alti pinnacoli e statue di reggenti ungheresi.

**ISOLA MARGHERITA.** Il giorno seguente decido di fare una sgambata sull'isola Margherita (Margit-Sziget), la verdeggiante località che prende il nome della principessa Margit, figlia di Béla IV. Un tempo riserva di caccia, oggi ospita stabilimenti balneari, un teatro all'aperto e una pista in tartan lunga 5,3 km che copre l'intero perimetro e sulla quale si può correre indisturbati. Ci arrivo in taxi in circa venti minuti dal centro di Pest, ma in alternativa è possibile prendere il tram o gli autobus che fermano nella parte meridionale dell'isola.

Corro per circa una trentina di minuti, incontrando centinaia di runners, avendo da una parte Pest, carezzata dalle acque grigie e vaporose del fiume, e dall'altra il parco con i suoi alberi secolari.

È una giornata piuttosto umida, i contorni sono sfumati, e fatico non poco a finire l'allenamento. Sento che la pressione si sta abbassando, così torno in hotel per una doccia rapida. Pochi minuti e in compagnia di Marco, il fotografo, mi reco alla Casa dello Strudel, un posto tipico dove si mangiano strudel di tutti i tipi, dolci e salati, che vengono cucinati davanti agli occhi dei commensali. Il cuoco stende la sfoglia facendola diventare grande quanto il tavolo e sottile come un foglio di carta. Quindi crea un rotolo di pastafrolla che farcisce con pezzetti di mela, formaggio e cannella, e serve ancora caldo come dessert.

Una pausa ristoratrice che fa tornare la pressione a posto e mi permette di prose-

tempo la sede dei monarchi ungheresi), la chiesa neogotica di Mattia con il tetto a rombi colorati, il monumento equestre di Re Stefano (fondatore dell'Ungheria), e lo splendido Bastione dei Pescatori, un baluardo con sette torrette elevate a ricordo delle tribù magiare che conquistarono il bacino dei Carpazi, da cui è possibile godere di un panorama mozzafiato.

Ed è proprio sul terrazzo di questo piccolo edificio incantato che, insieme a un gruppo di runners italiani, mi reco la prima sera. Una scala elicoidale ci con-







guire per il Great Market Hall, il grande mercato al coperto, illuminato da grossi lampioni in ferro battuto sormontati da una grande sfera bianca. Ci perdiamo tra le bancarelle che vendono insaccati, vasetti di cipolle con faccine che sorridono, montagne di tuberi, e soprattutto paprica in tutte le forme e consistenze: peperoncini in vasetto, tubetto, in polvere, in lunghi grappoli. Mai visto così tanto peperoncino: chissà che non sia vera la leggenda della contadina ungherese che, costretta a vivere nell'harem di un pascià turco a Buda, imparò, spiando i giardini del palazzo, a coltivare i peperoni e, una volta liberata, insegnò ai contadini del suo villaggio a coltivarli, diffondendo in tal modo l'ortaggio in tutto il Paese.

È ormai sera e prima della cena decidiamo di fare un'escursione in battello sul Danubio per ammirare by night Buda e Pest. Ci mettiamo gli auricolari per capire che cosa stiamo scorgendo (c'è il commento multilingue registrato) durante la navigazione mentre si susseguono i ponti (in tutto sono sette) che uniscono le due sponde: Chain Bridge, Elizabeth Bridge i più belli, e il più incredibile, il Liberty Bridge, costruito alla fine dell'Ottocento in stile Art Nouveau in occasione del Millennium World Exhibition.





**IL GIORNO DELLA GARA.** È il giorno della maratona, è piovuto tutta la notte (ora capisco la pressione bassa) ma stranamente l'aria non è fredda e si sta bene in maglietta e pantaloncini. C'è molta foschia e il sole non fa capolino, celato dietro una spessa coltre di nubi argentee. Raggiungiamo il luogo della partenza, nei pressi del parco Városliget, dove spicca il fiabesco castello Vajdahunyad, circondato da un lago artificiale che d'inverno si trasforma in pista per il pattinaggio. Mi sposto di qualche metro e raggiungo la bellissima Piazza degli Eroi, con il colonnato semi circolare e le statue d'illustri leader ungheresi che sembrano scrutarmi dall'alto mentre faccio stretching.

In programma ci sono: maratona, 30 km, staffetta divisa in quattro frazioni, e 7 km. Corro la gara più corta non avendo abbastanza chilometri nelle gambe. Dopo lo start si sfilava attorno alla piazza, poi si devia lungo il viale alberato Andrássy út, la lunga via di 2.300 metri che collega il centro cittadino al parco, e poi ci s'immerge nell'area verde. Un circuito breve ma stupendo, che si sviluppa tra antichi palazzi e lambisce per ben tre volte la meravigliosa piazza. Accanto a me sfrecciano bambini di 7-8 anni che corrono con estrema facilità e sembrano divertirsi. All'arrivo: medaglia al collo (è per tutti, anche per chi non corre



la 42 km), un frutto, una bottiglietta d'acqua e una barretta energetica.

Gli amici runners che hanno corso la maratona mi raggiungono ben più tardi in hotel, raccontandomi di un percorso unico e decisamente suggestivo, che abbraccia per intero la città.

**LA MOSTRA E LE TERME.** Un po' di stretching e la conclusione più bella: la visita della mostra temporanea di Egon Schiele (1890-1918) al Museo di Belle

Arti, un imponente edificio neoclassico posto al centro della Piazza degli Eroi. In pinocchietto e scarpe da running mi aggiro tra i corpi contorti, le lunghe braccia, le mani dalle dita dinoccolate, i ritratti di donne e uomini consumati dalla malattia. Corsa e arte: finalmente sono riuscite a unire due mondi così diversi. «Devo vedere cose nuove e investigarle, devo provare l'acqua scura, devo sentire il rumore degli alberi e del vento», scrive in una lettera il pittore viennese. In fondo, quando corre-



## INFO POINT

### IL LUOGO

Budapest, "regina del Danubio", è la capitale dell'Ungheria.

### COME ARRIVARE

La Wizz Air è la compagnia low

cost ungherese che opera dagli aeroporti di Milano Malpensa, Bergamo, Roma e Napoli. Con i voli di linea Lufthansa o Alitalia facendo uno scalo intermedio. L'aeroporto Ferihegy si trova 20 km a sud-est del centro di Pest e ha tre terminal per i passeggeri. Il Terminal 1 serve

unicamente i voli low cost.

### QUANDO ANDARE

I periodi migliori per visitare Budapest sono la primavera e l'autunno, poiché l'estate può essere estremamente calda e l'inverno rigido.

### LA MONETA

Dal 2004 l'Ungheria è stato

membro dell'Unione Europea, ma ha conservato la vecchia moneta, i fiorini ungheresi (HUF: 1 euro - circa 300 fiorini).

### BAGNI TERMALI

Gellert, uno dei bagni più antichi della città in stile liberty ([www.gellertbath.com](http://www.gellertbath.com)); Széchenyi, complesso nel



mo non cerchiamo i suoni e i rumori della natura?

Il tour tra i dipinti espressionisti termina e non me ne accorgo; all'uscita del museo acquisto uno strudel preparato da una graziosa signora. Ce ne sono di tre tipi: ai frutti di bosco, di mele e di fichi. Scelgo quello scuro ripieno di fichi, uvetta e una spezia particolare molto profumata che non riconosco. È il mio light brunch prima di immergermi nelle sorgenti termali Gellert, fra le più note e antiche della città.

Le raggiungo in taxi. Quando arrivo la bellezza della piscina centrale mi fa rimanere a bocca aperta; in stile Liberty, elegante e accogliente, mi proietta indietro nel tempo. È circondata da snelle colonne color avorio che spiccano nel liquido celeste e raggiungono il soffitto vetrato da cui filtrano raggi di luce ambrata. M'immergo nell'acqua calda a 38 gradi immaginando d'indossare un costumone d'epoca, mentre due signori sono intenti a giocare a scacchi. Ci sono ancora tanti pezzi sulla scacchiera bianca e nera, i due si scrutano ma nessuno muove.

La partita si prospetta lunga e meditativa; forse terminerà con uno scacco matto tra qualche ora, quando io ormai sarò di ritorno in Italia e penserò alla mia prossima mossa, pardon maratona. ■

di RIPRODUZIONE RISERVATA



#### MARATONA E NON SOLO

In questa pagina alcuni momenti dell'ultima edizione della Spar Budapest Marathon che oltre alla classica 42K propone anche la 30K, la staffetta x 4, la minimarathon (7 km) e la fun run (2,7 km). Nella pagina di sinistra, sopra, Corsa sul Ponte delle Catene, il più antico (inaugurato nel 1849) e noto di Budapest, così chiamato per le catene di ferro battuto collegate ai piloni neoclassici che sostengono la struttura; in basso a sinistra, i Bagni termali Gellert con la piscina principale in stile Liberty e, a destra, il Castello di Vajdahunyad, che oggi ospita il Museo Agricolo



Városliget con ben 16 piscine con acqua calda e fredda ([www.szechenyibath.com](http://www.szechenyibath.com)).

#### LA MARATONA

La prossima edizione della Spar Budapest Marathon, la 29ª, ([www.budapestmarathon.com](http://www.budapestmarathon.com)) è programmata per il prossimo 12 ottobre 2014.

#### LA MEZZA MARATONA

In primavera, il prossimo 13 aprile 2014, si corre anche la Telekom Vivicità Spring Half Marathon ([www.budapestmarathon.com/spring\\_halfmarathon/index.html](http://www.budapestmarathon.com/spring_halfmarathon/index.html)).

#### ONLINE

<http://it.gotohungary.com>

#### SU RUNNERSWORLD.IT



[runnersworld.it/world-runner-budapest](http://runnersworld.it/world-runner-budapest)

