



CATANIA RING: LA BOXE SPORT PER TUTTI DA LIBRINO AI MATCH INTERNAZIONALI

Ma è vero che facendo boxe ci si rompe il naso? <<Il naso è più facile romperselo in un partita di basket che in un incontro di pugilato>>. Aroldo Donini, fondatore ed anima della *Catania Ring*, ci mette un attimo a convincermi che la boxe non è quello sport pericoloso e violento che tutti pensiamo. <<In statistiche che ho consultato di recente è al settimo posto fra gli sport dove avviene più di frequente la rottura del naso. E ci sono più traumi in una partita di calcio che in un incontro di Boxe.>>. Uomini duri e rudi pronti a farsi rompere il naso quindi? Macché! <<Luoghi comuni. Rompersi il naso è un problema grave che non c'entra con lo sport.>>. La palestra del PalaNitta, dove la *Catania Ring* si allena fin dal 1997, ci conferma le parole di Aroldo: è piena di persone di tutte le età. C'è anche un nutrito gruppetto di bambini, che ha tutta l'aria di divertirsi un mondo. <<I bambini più piccoli qui hanno fra i 7 e gli 8 anni. Ne abbiamo 7 e stanno imparando, iniziando dall'autodisciplina sportiva.>>. L'attività della boxe è aperta a chiunque voglia praticare, non sono necessari doti fisiche o atletiche particolari, basta la volontà di allenarsi seriamente. <<Attualmente oltre ai bambini abbiamo anche 2 ragazze che si allenano qui, e qualche persona più in là con gli anni. Per allenarsi basta che dal certificato medico risulti un buono stato di salute.>>. Una parola però mi ha colpito, "autodisciplina", cosa significa? <<Capita spesso che i papà por-

tino qui i ragazzini un po' più timidi, per fargli imparare non tanto l'autodifesa quanto la fiducia in se stessi, con l'autodisciplina che la Boxe impone. E poi qui anche se ci si allena duramente c'è un clima e un gruppo che mette a proprio agio tutti.>>. La boxe sport per tutti? ma i film su "Rocky" e pagine intere su riviste scientifiche che parlano dei rischi per la salute derivanti dalla boxe mi fanno un pò dubitare. Possibile che sia così una palestra di boxe? Tutti sorridono e si divertono. Il maestro Aroldo deve avere capito che le mie perplessità non si sono sciolte, e senza che io gli abbia chiesto delucidazioni comincia a spiegare. <<La Boxe è uno sport considerato ingiustamente violento, al massimo è uno sport "duro" perché è richiesto molto allenamento e disciplina. Certamente è uno sport molto educativo, richiede autocontrollo e ovviamente mette al confronto con gli altri. Anche se la bravura di uno prevale sull'altro il confronto è e deve essere sempre fra pari, si cerca sempre l'equilibrio. La violenza dipende dall'ottica in cui si vede: a livello professionistico, diventando un mestiere ci possono essere dei pericoli, perché il professionismo ha tutt'altra intensità. Nella boxe da dilettanti si fanno invece solo 4 riprese da 2 minuti l'una, una sfida che si conclude ai punti.>>.

Aroldo non vive con la boxe (fa un'altro lavoro) ma vive certamente **per la boxe**: fa l'istruttore da 25 anni, e la *Catania Ring* è la terza società che ha fondato. In questi 10 anni a Librino sono arrivate diverse soddisfazioni. <<Abbiamo 3 pugili professionisti: Danilo d'Agata Giuseppe Pirracchio e Giuseppe Margiotta. Affronteranno quest'anno degli impegni nazionali importanti, e D'Agata cercheremo di portarlo a un grande incontro internazionale. Ha

Gli atleti della **Boxing Team Catania Ring** si allenano **ogni giorno dal lunedì al venerdì, dalle 16:30 alle 21:30** nella palestra al primo piano del **PalaNitta**.



Chi vuole avvicinarsi a questo sport, la Boxe, intenso ed appassionante, può rivolgersi al **maestro Aroldo Donini**, sempre presente agli allenamenti negli orari sopra indicati, oppure contattarlo al telefono cellulare al numero **3398240541**

La Periferica ringrazia per le foto presenti in questa pagina il fotografo Alessandro Franzetti. Alessandro ha realizzato un reportage sulla Catania Ring per il sito internet Witness Journal. Si chiama Cazzotti sul Ghetto ed è accompagnato da un articolo di uno dei pugili della palestra, Gianluca Vittorio. Potete vederlo a questo indirizzo witness.fotoup.net mentre il sito personale di Alessandro è www.alessandrofranzetti.it

LA PAROLA A UN PUGILE: LEONARDO MARINO

Mi sono avvicinato circa 3 anni fa alla boxe. Non potevo più seguire il calcio, non avevo tempo da dedicare agli allenamenti, non si conciliava con i tempi del lavoro. Mi sono avvicinato alla boxe per caso allenandomi 3 volte a settimana e poi mi sono appassionato piano piano. Ho iniziato nella palestra di Ognina con l'allenatore Pierluigi Tumeo e poi mi sono anche affiancato qui a Librino alla *Catania Ring*. Adesso mi alleno fra le due palestre, ma cerco di andare più a Librino anche per la vicinanza. Qui a Librino si fa buon allenamento e ci sono buoni ragazzi per allenarsi.

La boxe si divide fra professionismo e dilettantismo. Il professionismo è quello che tutti conosciamo, dove ci sono 12 riprese da 3 minuti ciascuna e non si usano i caschetti di protezione. Il dilettantismo si suddivide invece in tre serie, si sale dalla terza alla prima in base al numero di combattimenti disputati, all'età e ai "numeri", cioè al numero di vittorie e alla somma dei punti ottenuti nei vari incontri.

Ci vuole passione e tenacia per questo sport, e io ho fatto boxe a livello agonistico già dopo il primo anno. Ho disputato 6 match in due anni, un paio di gare a Palermo e qualche match di riunione. Risultati: 2 vittorie, 2 sconfitte 2 pareggi. Peso 58kg, categoria piuma, ma mi converrebbe perdere un chilo. Anche se non arriverei a passare alla categoria inferiore, gallo, ne guadagnerei in agilità. Qui conta la velocità e non tanto la forza, a ogni pugno che arriva all'avversario si ottiene un punto, quindi bisogna darne di più. Nel pugilato vince chi fa più punti, non chi cade per ultimo.

Non si guadagna nulla facendo questo sport a livello dilettantistico, solo i professionisti guadagnano. Il torneo più prestigioso è i Campionati Italiani Assoluti. E' un campionato lungo e difficile, si inizia dalle fasi regionali poi si

elegge il campione regionale e si arriva ai campionati nazionali assoluti. Non ci sono molti sponsor, ed è un peccato come per moltissimi altri sport. Non che nel calcio alle categorie inferiori (ho giocato in Eccellenza) fosse diverso, ma i campionati italiani assoluti sono il corrisponente della serie A di calcio, ed è assurdo che non ci siano sponsor. Ho giocato per anni a calcio, ci allenavamo a Fontanarossa in campi in condizioni pessime. La palestra del PalaNitta è invece un'ottima struttura, ma sta diventando insufficiente visto il gran numero di persone.

Autodisciplina

Sto seguendo un piano di allenamenti annuale, utilizzando un metodo di allenamento suggerito dalla federazione italiana di pugilato, che pubblica dei libri appositi. Durante l'anno ho delle fasi distinte in tipo di allenamento da fare: un periodo competitivo, uno cosiddetto di scarico e così via. Sono diventato autodidatta perché con il lavoro, i tempi stretti e la fatica (lavoro in una officina), devo gestire bene le mie risorse. Ora che ho un pò di esperienza preferisco farlo io piuttosto che farlo fare agli allenatori,

disputato 3 incontri di ottimo livello, tutti vinti. Sono i primi risultati da professionisti di questi ragazzi ma negli anni abbiamo conseguito vari titoli regionali e nazionali, abbiamo avuto 3 campioni d'Italia. Le soddisfazioni arrivano anche perché facciamo un'attività di importanza sociale oltre che sportiva. Alcuni dei ragazzi li abbiamo "raccolti" dal quartiere, ci dà una mano anche il presidente della decima circoscrizione Leone a trovarli: questa è una struttura comunale, e in base alla situazione economica familiare non si paga, quindi è per tutti.

La struttura è il PalaNitta, che secondo Aroldo è "una delle migliori a Catania", però la zona in cui si trova ha degli evidenti problemi: manca l'illuminazione, la pulizia è scarsa, e il punto è poco raggiungibile. Un problema talmente sentito che la *Catania Ring* ha organizzato insieme alle altre squadre che si allenano qui, una manifestazione per far conoscere il quartiere "Ripartiamo da Librino", che nel 2007 ha avuto un successo enorme. <<Ai primi d'Aprile ne faremo un'altra, con i nostri 3 professionisti D'Agata Pirracchio e Margiotta.>>. Ma Aroldo non è ovviamente da solo in questa attività, e tiene a ricordare il ruolo di tutti nella *Catania Ring*. Il presidente è Messina Grazia, Giovanni Cavallaro è il manager e si occupa dei professionisti, mentre il direttore sportivo è Pippo D'Urso. Poi gli istruttori, da Giovanni Greco e Orazio Riggi e <<tanti altri che per passione ed amicizia ci danno un grande aiuto>>.

Ho cambiato idea sul pugilato, ma il dubbio del naso resta. Mistero svelato: <<dopo qualche colpo non si rompe il naso, ma si ammorbidisce solo la cartilagine.>>. Il maestro Aroldo Donini si "schiaccia" con un dito il naso e sorride.

Leandro Perrotta



che seguono moltissime altre persone, anche grandi risultati. Con il lavoro che faccio ci sono periodi in cui lo stress muscolare si sente di più e solo io posso sapere con precisione come gestirmi. Inoltre per almeno un mese l'anno "stacco" dagli allenamenti costanti, e devo prevedere questo periodo nel programma annuale. Da questa esperienza potrei anche in futuro provare a fare un corso per diventare istruttore, ma per il momento mi interessa allenarmi al meglio per continuare il più possibile. Non ci sono limiti di età nella boxe, prender pugni a lungo andare non fa bene alla salute ovviamente, ma non è vero che si diventa "scemi". Anzi, la boxe aiuta a scaricare lo stress quotidiano e ad essere persone con più autocontrollo.