

Data: 01.04.2023 Pag.: 41
Size: 805 cm2 AVE: € 18515.00
Tiratura: 16833
Diffusione: 13539
Lettori:



BOXE: IL PERSONAGGIO

L'atleta e volto televisivo alla **McFit** a tenere un corso



Clemente Russo unico pugile tricolore ad aver disputato quattro Olimpiadi conquistando due argenti (Pechino 2008 e Londra 2012) oltre a due ori mondiali (Chicago 2007 e Almaty 2013) è stato lo special trainer della palestra McFit grazie all'iniziativa 'Train Like a Champion' (FOTOLIVE CISI)



Clemente Russo a Cremona «Pugni, ma prima la tecnica»

L'ex pugile: «Scardina è un generoso e forse l'ha pagato, è un grande amico e spero torni sul ring Esposito con quel cognome avrà il sangue caldo come il mio nelle vene, all'Europeo tifo per lui»

di **LUCILLA GRANATA**

■ **CREMONA** «A Cremona torno per la quarta volta e sono molto contento perché i cremonesi mi accolgono sempre con grande affetto e anche grande voglia di allenarsi». **Clemente Russo**, unico pugile tricolore ad aver disputato quattro Olimpiadi conquistando due argenti (Pechino 2008 e Londra 2012) oltre a due ori mondiali (Chicago 2007 e Almaty 2013) è stato ieri sera lo special trainer della palestra **McFit**, grazie all'iniziativa 'Train Like a Champion', un progetto che ha come obiettivo quello di promuovere l'importanza dell'allenamento per migliorare il benessere psico-fisico. Ogni mese l'ex campione di pugilato tiene workout a corpo libero in giro per l'Italia. «Mi piace allenarmi con le persone comuni, cioè non atleti profes-

sionisti intendo, trasmettere loro un po' della mia energia, ma anche della mia filosofia di vita, incentrata sul benessere psicofisico» spiega. Clemente Russo è stato uno dei più famosi e vincenti pugili italiani e così gli raccontiamo che a Cremona, andiamo fieri del nostro pluricampione italiano dei pesi Welter, Nicholas Esposito, che presto salirà sul ring per conquistare un titolo europeo. «Beh, ma come? Io sono napoletano, non mi verrete a dire che Esposito è cremonese?» ride. «A parte gli scherzi, intanto gli faccio un grande in bocca al lupo, perché lottare per un titolo è sempre un'impresa notevole. Poi aggiungo che però, a parte la cremonesità, deve onorare il sangue che gli scorre nelle vene, che sicuramente è lo stesso mio.

Sangue caldo!».

A proposito di pugili, quello che è accaduto recentemente a Daniele Scardina ha riaperto un po' la questione della pericolosità degli incontri senza casco e delle conseguenze a cui viene esposta la testa, dopo aver subito ripetuti colpi. «Daniele è un mio carissimo amico e intanto sono felice che sia uscito dalla terapia intensiva e che sia fuori pericolo. Lui è sempre stato generosissimo nella vita come nella boxe e questo alla fine l'ha probabilmente pagato. Io ero un pugile 'prudente' che teneva sia al suo viso, che a non prendere troppi colpi. Per questo non facevo bagarre sul ring, ero un pugile tecnico. Magari meno spettacolare, potevo piacere come no, ma ho sempre tenuto alla salute e

per questo a 40 sto bene e non ho nessun tipo di problema. Lui è un combattente invece, che non si è mai tirato indietro e ha rischiato prendendo sempre tanti colpi, che qualche danno si sa, rischiano di lasciarlo. Noi siamo stati molto vicini, abbiamo anche combattuto insieme per la nazionale italiana e spero che possa tornare presto sul ring e a vincere».

Irma Testa ha lanciato anche le ragazze azzurre con il suo titolo mondiale. «È da tanto che ottiene risultati importanti. Sono contento per lei e per tutto il movimento. Vincere non è mai facile».

A lei non manca il pugilato? «Fino a qualche mese fa non mi mancava per niente. Io ho di fatto smesso nel 2016, poi ho prolungato un po' perché volevo partecipare alla mia quinta Olimpiade

Data: 01.04.2023 Pag.: 41
Size: 805 cm2 AVE: € 18515.00
Tiratura: 16833
Diffusione: 13539
Lettori:



nel 2020 ed entrare così nel Guinness dei primati. Poi però, l'Olimpiade è stata spostata di un anno per la pandemia e io ho preso il Covid proprio a ridosso dell'avventura olimpica, gettando al vento quasi 5 anni di pre-

parazione. E lì ho deciso che basta, era ora di chiudere. Mi sono allontanato per un po' dal sacco e dai guantoni, ne avevo bisogno, anche se alleno i ragazzi delle Fiamme Azzurre comunque. Negli ultimi tempi però, mi è tor-

nata la voglia di salire sul ring. Ma solo per fare un po' di sparring sia chiaro, non penso a nessun assurdo ritorno. Alla mia età è giusto che trasmetta agli altri quello che so e lasci spazio alle nuove generazioni».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Ritaglio Stampa ad uso esclusivo del destinatario. Non riproducibile