

# Crema. Festa per i campioni del Kick boxing

Crema. Grande festa per il Kick boxing (foto © Cremaonline.it)



Non capita tutti i giorni di diventare **campioni italiani** della propria specialità, eppure capita di frequente alle ragazze e ai ragazzi dell'**asd Kick Boxing Crema**, che di anno in anno, rientrano con le medaglie al collo dalle fasi nazionali delle varie categorie. Uno sport la kick boxing, che ha differenti specialità e può essere descritto come un derivato del karate nipponico e del pugilato occidentale, che combina varie tecniche proprie delle arti marziali orientali, ai colpi di pugno, propri dello sport occidentale. Per il gruppo cremasco, grande soddisfazione per i successi ai **campionati italiani unificati Fight1-laksa**, che si sono disputati nelle scorse settimane alla fiera di Rimini, all'interno della manifestazione Rimini Wellness, dove gli atleti guidati dai maestri **Marco Verdelli** e **Cristiano Lodola**, si sono distinti migliorando le performance dell'anno precedente. La società ha voluto ringraziare i propri atleti, con una serata conviviale in un locale cittadino, che è stata anche l'occasione per festeggiare i traguardi di questa stagione e mettere le basi per la prossima, che già si annuncia piena di sfide, a cominciare dalla possibilità per qualcuno di poter ambire a rientrare tra gli **azzurabili** che potrebbero andare a disputare i mondiali in Grecia in programma per quest'autunno.

## Uno sport che aiuta a scaricare

La giovanissima **Margherita Cavallari** si è imposta sulle avversarie nella categoria (-60 kg, cinture nere), e in estrema sintesi ci parla dello scopo di questa specialità, quello di colpire più volte l'avversario nei 2 round da 2 minuti, che caratterizzano gli incontri. Margherita a settembre frequenterà l'ultimo anno dell'artistico Munari, ma fin da piccola dimostra di essere una sportiva instancabile, praticando tanti sport anche molto diversi tra loro, dalla ginnastica ritmica al rugby, il tutto ben conciliato con gli impegni scolastici, anche se con i tre allenamenti settimanali, di tempo libero ne resta veramente poco. Tuttavia, sono più gli aspetti positivi associati alla pratica di questa disciplina sportiva, che le rinunce per la giovane atleta, la quale deve alla passione per il pugilato del papà, l'avvicinamento alla kick boxing, uno sport che "aiuta a scaricare, c'è tanta grinta e migliora gli aspetti relazionali, perché aiuta ad essere meno introversi". Non solo questo, infatti, sia Margherita che le altre ragazze fanno notare un'altra caratteristica importante: si tratta di una disciplina che si articola in diverse categorie in base al peso, per cui

implicitamente favorisce il mantenimento del peso forma, requisito essenziale per rimanere nella categoria di appartenenza, quindi sì ai piaceri della tavola, ma con moderazione e soprattutto con tanto allenamento.

### **Sport individuale, ma grande gruppo**

Da parte sua, **Claudia Zoni** vincitrice nella categoria 55 kg, ha iniziato a praticare la disciplina da circa tre anni ed evidenzia come nonostante si tratti di uno sport individuale, tra ragazze, ragazzi e allenatori, si è sviluppato un grande gruppo, elemento fondamentale per affrontare nel migliore dei modi la preparazione alle gare e la gestione delle stesse. Idee chiare anche sul futuro, dopo la maturità tra qualche giorno, si guarda all'iscrizione universitaria a medicina, previo il superamento dei test d'ingresso: un'estate di studio per la cintura nera, che certamente anche nel prossimo anno saprà farsi valere e confermare quanto di buono si dice sul suo conto. Quanto al recente successo in quel di Rimini, c'era in Claudia già alla partenza, tanta voglia di fare bella figura, e vincere per riscattare il bronzo dello scorso anno, ed è per questo che la soddisfazione è tanta per tutto il gruppo alla vista della medaglia al collo, anche per la consapevolezza di aver combattuto contro atlete di un grande livello tecnico.

### **Esperienza divertente**

La new entry è **Federica Carrabotta** da circa 6 mesi nel gruppo, ma già vittoriosa nella categoria di appartenenza (-50 kg, cinture colorate), laureata in linguaggi dei media, lavora a Milano in una multinazionale che si occupa di digital marketing, ma trova il tempo al rientro dal capoluogo per andare alla palestra di viale Santa Maria dove il gruppo si allena. "Dopo l'esordio a Torino è stato un crescendo, una bellissima esperienza condivisa con un grande gruppo". Dello stesso tenore le osservazioni dei due ragazzi che completano la cinquina rientrata vittoriosa dalla Romagna, **Simone Guerini Rocco** (+94 kg, cinture nere), e **Vincenzo Milanese** (-84 kg, cinture nere), il primo direttore finanziario di una multinazionale bergamasca, il secondo agricoltore, per i quali l'esperienza dell'asd Kick Boxing Crema è molto divertente anche se impegnativa. Per Milanese, tra l'altro, si prospetta qualche cambiamento nei prossimi mesi, con il probabile passaggio al *contatto pieno*.