

Kickboxing. Federica Carrabotta, il mondiale mancato e la voglia di tornare a combattere

Federica Carrabotta sul ring del campionato italiano Fight1 2017 (foto © Arkadi)



“Quando il gioco si fa duro non mi tiro indietro, la tenacia è la mia forza”. Nello spogliatoio della palestra di boxe cremasca, **Federica Carrabotta** si racconta. Dalla giacca spunta il braccio immobilizzato dal gesso. Negli occhi chiari, un po' più lucidi, la stessa determinazione che in tre anni l'ha portata dall'amatoriale all'agonismo, quindi alla convocazione sul ring del **K1-Open**, il campionato mondiale, sfumata due settimane prima a causa di un infortunio. La frattura pulsa ancora, un dolore sordo che fa eco allo stato d'animo ma non spezza la voglia di combattere. Sul polso sono disegnati un paio di guantoni rossi e la scritta “**spacco tutto!**”, il mantra che l'accompagna sul ring e nella vita.

Alzare l'asticella

“Alzando il livello ho iniziato a perdere, incassare colpi, ma è ciò che mi ha permesso di alzare l'asticella”. L'esordio nell'agonismo risale al 24 novembre 2015, il giorno del suo compleanno. “È stato come tuffarmi nella centrifuga di una lavatrice - ride - poi le ho vinte tutte, fino a giugno 2016”. Si qualifica ai nazionali di Rimini, nel giugno 2017, dove si aggiudica un posto tra i campioni italiani. “La convocazione in nazionale alza le aspettative, devi dimostrare di esserti meritato ciò che hai guadagnato e ripagare gli sforzi”.



La forza di rialzarsi

A metà novembre la convocazione al campionato mondiale con la compagna di squadra **Claudia Zoni**. Le uniche due presenze femminili della nazionale italiana, entrambe cremasche. Una settimana più tardi, l'imprevisto che rimescola le carte in tavola. "Ogni sport ha i suoi rischi: devi metterlo in conto, capita di andare a tappeto, l'importante è **trovare la forza di rialzarsi**". Tra cinque settimane tornerà in palestra per rimettersi in forma e puntare ai regionali di marzo 2018, poi il campionato tricolore di aprile, quindi i provini per il prossimo mondiale.

Sul ring della vita

"Per raggiungere un determinato livello devo allenarmi duramente: significa uscire di casa alle 7.30 di mattina con il borsone di kickboxing, tornare da lavoro e andare in palestra fino alle 10 di sera". Un impegno intenso, ripagato dalla soddisfazione di superare i propri limiti: "Quando salgo sul ring, **non esiste nient'altro**. Svuoto la mente, mi ripeto: puoi farcela, spacca tutto". Entusiasmo, frustrazione, rabbia, gioia, sono tanti i sentimenti che si mescolano nei pochi minuti di un round. "Esce il meglio e il peggio di te, sei tutta lì, ti giochi tutto. **Combattere è un po' la vita**, è ciò che ti aspetta là fuori".