



## Le interviste di **Libero**

**VISSIA TROVATO**

La nuova campionessa europea dei pesi piuma

# «Non si campa di solo jazz Meglio dare qualche pugno»

«Dopo anni sul palco dei club, ho iniziato a boxare per noia e amore  
Con gli sponsor si guadagna ma mi tengo stretto il canto e il mio duo»

■■■ PAOLO BIANCHI

In un crescendo di colpi la Leonessa Rossa disintegra Renáta Dömsödi, detta The Hardcore. L'atleta ungherese finisce all'angolo, sottoposta a visita neurologica: quante dita vede? La pupilla reagisce alla luce? Sa dove si trova e che cosa è successo? È appena stata sconfitta alla quinta ripresa nella finale del campionato europeo di boxe professionistica (European Boxing Union), categoria pesi piuma (fino a 57 chili).

La vincitrice si chiama Vissia Trovato, 33 anni, lombarda. È la sera di sabato 11 giugno alle Palestre nuove di Ascona, dove per tutto il pomeriggio si sono tenuti incontri di pugilato, maschile e femminile, dilettanti e professionisti. Questa finale era il piatto forte.

Senonché, la ragazza dal sorriso luminoso che alza la cintura della vittoria davanti a un migliaio di spettatori è la stessa giovane donna sexy che qualcuno può aver sentito cantare Stormy Wheeler in stile Billie Holiday, o qualche altro standard blues o rock blues in un pub cavernoso o sul palco di un prestigioso festival jazz. Un caso di sdoppiamento: una Janis Joplin del ring o una Million Dollar Baby della musica? Sono rare le persone in grado di eccellere in discipline tanto diverse. Vissia è una di queste. Per capirne di più e dopo averla vista in azione coi guantoni siamo andati a trovarla nella palestra dove si allena, a Cernusco sul Naviglio, al secondo piano di un complesso che è una via di mezzo fra un garage e un centro commerciale, una serie di parallelepipedi di cemento colorati e depositati in un hinterland stranamente verde. La palestra si chiama The Ring, il fondatore e gestore è il maestro Alfredo Farace.

Lei è lombarda, è alta un metro e sessanta, ha i capelli rossi, grandi occhi scuri, un sorriso dolce e una musculatura compatta che trasuda forza e esuberanza. Dietro a quei quadrilateri, deltoidi, bicipiti e trapezi si intuisce una disciplina ferrea, ore e ore di esercizio quotidiano.

È appena morto il grande Muhammad Ali. Per un attimo il mondo si accorge che esiste ancora la boxe. Ma quella femminile sembra essere stata scoperta nel 2005, con la pioggia di Oscar sul già citato film di Clint Eastwood, Million Dollar Baby, dove la protagonista (Hilary Swank) è una ragazza che solo sul ring trova il senso della vita.

**Vissia, come ha cominciato?**  
«Andavo in palestra per tenermi in forma, come fanno in tanti. Ma un po' mi annoiavo e mi sono gradualmente avvicinata alla boxe».

**Quanti anni aveva?**  
«Ventisette, quasi ventotto. E tutti mi sconsigliavano di combattere. Troppo tardi, dicevano. Ma io all'inizio neanche ci pensavo, di combattere. Facevo la cantante professionista. Volevo solo tenermi in forma».

**Rabbia repressa da smaltire?**  
«Come tutti, credo. Anzi, era un periodo tranquillo della mia vita. Avevo tempo. Non cercavo terapie, anche se poi le ho trovate. Ho cominciato a lavorare su me stessa, ma non ero consapevole che mi sarei andata a cercare queste sfide».

**Che cosa aveva studiato?**  
«Dopo il liceo scientifico mi sono



laureata in Restauro d'arte contemporanea a Brera. Ma era una scuola disorganizzata e ho capito che quello del restauratore è un lavoro duro e per poveri perenni. Poveri per poveri, ho detto, proviamo con la musica. Cantavo da sempre. Ho fatto la Scuola civica di Jazz a Milano. Nel frattempo sono andata a vivere un anno a Dublino per imparare l'inglese. Poi ho cominciato a insegnare canto».

**Non si è fatta proprio mancare niente... Ma torniamo alla boxe.**

«Quando sono arrivata qui le cose sono cambiate. Mi sono innamorata del mio maestro di boxe (Farace, ndr), nel frattempo avevo lasciato il precedente fidanzato, e ho iniziato a salire sul ring. Un anno e mezzo dopo ho cominciato a combattere».

**Com'è stato passare all'agonismo?**

«Traumatico. Dopo un minuto di combattimento mi sembrava di morire. Il tempo quando combatti


**PSICO-PREPARAZIONE**

■ *Ho un allenatore mentale: non sono mai andata a tappeto ma dovrò essere pronta, dato che potrà accadere*

sembra lunghissimo. E bastano pochi secondi perché la situazione precipiti. Nella finale di sabato scorso, nei primi due round non ho tirato colpi al corpo, perché l'avversaria si sentisse più sicura e si scoprisse. Dalla terza ripresa ho cominciato a picchiare sotto. Lì bastano due o tre colpi messi bene... Il colpo al corpo, sia al fegato sia alla bocca dello stomaco, toglie il fiato. A volte ne basta uno».

**E i colpi alla testa? Non c'è la commozione cerebrale?**

«Il colpo alla tempia è pericoloso. Quello al mento è più spettacolare perché il pugile sviene. C'è un collegamento tra mandibola e cervelletto».

**Non ha paura di conseguenze a lungo termine dei colpi alla testa?**

«In allenamento si usano caschetti speciali. Il pericolo però c'è. L'attività agonistica porta il corpo a uno stress eccezionale. Il pugile bambino esiste, ne ho conosciuti. Ma molto dipende da come ci si gestisce. Dal tempo di recupero fra un incontro e l'altro».

**Dopo una finale, quanto ci vuole per tornare a combattere?**

«In questo caso, per me non meno di due mesi. Perché non ho preso colpi. Ma dopo un ko il tempo minimo di recupero è di quarantacinque giorni in cui è proibito perfino allenarsi. Più un altro mese».

**Ha ansia o paura degli incontri?**

«No. Ho anche un cosiddetto "allenatore mentale", che non è uno psicologo, né un motivatore, ma una persona che si occupa delle



mie reazioni mentali: non distrarsi, gestire l'ansia, concentrarsi, migliorare i riflessi, rispondere con il fisico agli stimoli visivi, gestire le difficoltà. Io non sono mai andata al tappeto, in trentatré incontri da dilettante più cinque da professionista, ma potrà succedere, e per quel momento dovrò essere pronta. Del resto le cose succedono quando non te le aspetti. Mi sono rotta un'orbita in allenamento».

**Si è rotta cosa?**

«Qui, di fianco allo zigomo: l'ossicino che regge l'occhio si è crepato in due punti per un diretto destro. Una mia paura è proprio questa: come reagirò se mi dovesse succedere in un incontro? Le situazioni estreme vanno visualizzate prima».

**La sua ultima avversaria è caduta una volta. Poco dopo l'arbitro ha fermato l'incontro perché stava prendendo troppi colpi alla testa. Se non fosse intervenuto, lei avrebbe continuato, pur vedendo che non ce la faceva più?**

«Certo. Ero lì apposta. E se lei si riprende e mette giù me? Non c'è spazio per la pietà».

**Si può campare di boxe?**

«Difficile, ma sì, se si trovano gli sponsor. In Svizzera c'è un imprenditore di costruzioni in metallo, Marco Franscella, che ama molto la boxe e mi sponsorizza. Ma gli sponsor cercano atleti con più visibilità, e infatti nonostante io sia una pugile italiana non trovo attenzione nel mio paese. La tv, anche quella pub-


**MUSICA NON TI MOLLO**

■ *Non posso boxare per sempre, ma posso sempre sperare di morire cantando su un palco a novant'anni*

**LA DOPPIA VITA DELLA «LEONESSA»**

*Vissia Trovato, alias la Leonessa Rossa, ha appena vinto in titolo dell'European Boxing Union: qui è con il coach Alfredo Farace e la cintura di campionessa. Ha iniziato a boxare solo cinque anni fa. Studi di canto alla scuola di Jazz di Milano, ha il duo «Il Lupo e la Leonessa» con cui gira per i club svizzeri e lombardi*

blica, non ci dà nessuno spazio. Neanche la stampa. La Gazzetta ha scritto tre righe sulla mia vittoria».

**Non è un po' lo stesso disinteresse che c'è anche per la musica? Se ne lamentano i musicisti di qualità, i jazzisti per esempio.**

«È infatti. Suonare in giro, per noi professionisti è un problema. I gestori dei locali vogliono solo i gruppi che imitano gli artisti famosi. O ti fanno suonare gratis. Devi andare a montare gli strumenti alle cinque, fare il soundcheck, poi c'è l'aperitivo, aspetti fino alle nove, suoni fino a mezzanotte-l'una e poi devi smontare tutto. Per cinquanta euro».

**Quando non fa a pugni, suona ancora?**

«Adesso meno di prima, ma ho un duo, con Davide Paraluppi, "Il Lupo e la Leonessa", e andiamo in giro nei locali. La musica è apprezzata, considerata, pagata molto più in Svizzera che in Italia».

**Che cosa pensa di fare da grande?**

«Continuo a insegnare canto, ho una decina di allievi, e non lascio la musica, perché l'attività agonistica è di certo una fase più breve della vita. Non posso combattere per sempre, ma posso sempre sperare di morire cantando sul palco a novant'anni».

**Un'atleta donna ha anche l'incognita della maternità...**

«Vuol dire fermarsi per due anni o poco meno. In questo momento non sento l'esigenza di avere figli, ma potrei cambiare idea la settimana prossima. Adesso l'idea di interrompere tutto per dare spazio a un altro essere non c'è, ma non c'era nemmeno l'idea di diventare pugile professionista... Proprio la boxe mi ha insegnato che le cose possono cambiare. Per tutta la vita ho fatto quello che mi sentivo di fare, nonostante i pareri negativi. Quando andavo a Brera mio padre mi pronosticava che avrei fatto la madonnara per strada, quando ho iniziato a cantare quasi i miei preferivano tornarsi a fare la restauratrice. Adesso non sanno più che cosa dire».