“Campioni si nasce?”
Non è vero!
La vera storia di Roberto Eusebio

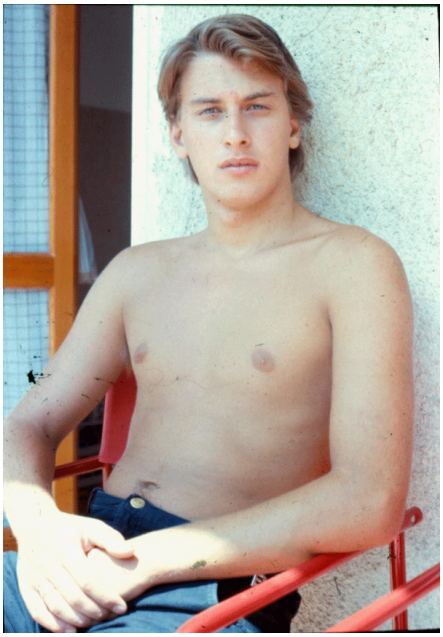


Avevo l’età di quindici anni quando il medico curante mi consigliava, anzi mi obbligava a frequentare una palestra (non esistevano ancora i centri fitness).
Pesavo 59 chili, per un altezza di un metro e ottanta centimetri; avevo un atteggiamento cifotico, con antiversione del bacino e cominciava ad accentuarsi una curva scoliotica della colonna: insomma quella tipologia di uomo definita “*invertebrato*”… Naturalmente sto scherzando, ma è vero che avevo problemi seri! Gli amici mi chiamavano *smilzo*!

Non impazzivo per l’attività fisica da palestra, anzi era per me una fatica abnorme. Perché avrei dovuto fare tale fatica?

Ho passato i primi tre anni di palestra, sorvegliato dai miei genitori che controllavano se frequentassi realmente o se, come a scuola, bigiavo.
Non ho mai gradito essere obbligato a fare un qualcosa che non mi piaceva fare!

Quando i genitori si arresero al mio rifiuto di frequentare la palestra, proprio allora cominciai ad appassionarmi ad essa sul serio! A diciannove anni circa la rivalutai: in fondo, tutto sommato, era anche piacevole, mi riferisco soprattutto alla presenza delle ragazze!



Avevo fatto tre anni senza vedere neanche un muscoletto che potesse motivarmi a continuare, avevo cambiato almeno cento schede di allenamento; allora cercai di analizzare il perché del mio fallimento.

I miei allenamenti erano basati sul sollevare pesi e non sul congestionare i muscoli; cosa vuol dire? Mi concentravo troppo a caricare e mi stancavo (come uno scaricatore di porto), invece la soluzione era molto più semplice: bastava poco carico per strizzare bene ogni distretto muscolare. Sembravo un universitario del fitness: ad ogni singola ripetizione sembrava che pensassi a chissà cosa: in realtà collegavo solo il cervello a quello che stavo facendo.

In tre mesi “esplosi”: ottenni quello che non avevo mai ottenuto in anni. A vent’anni pesavo già 76 chili, *una bestia* di muscoli, ora gli amici mi definivano così.

Non seguivo più tabelle di allenamento, andavo ad istinto, ma cominciai ad iscrivermi a corsi per diventare istruttore: ormai ero davvero gasato!

Ora dovevo capire bene come si dovesse nutrire un atleta… ma di alimentazione parleremo nei prossimi articoli!

All’età di ventisei anni affrontai la prima gara: sembravo, mi disse il mio preparatore, “una patata grossa ma liscia liscia, senza un minimo di definizione”. Infatti non mi classificai, anzi non voglio neanche ricordarlo.

Oltre al fisico mancava anche l'armonia di esprimere sul palco le mie potenzialità.

Cosi mi rivolsi ad un famoso coreografo, nonché ballerino, di Padova, che mi definì "un pezzo di legno"! Eppure, più mi confrontavo con altri atleti e più mi rendevo conto che le mie potenzialità era eccezionali: giunture articolari piccole che enfatizzavano la rotondità muscolare, rapporto tra asse bisiliaco e asse bisacromiale perfetti, altezza nello standard, mancava solo un po' di qualità muscolare che potevo ottenere solo con l'alimentazione; ma, ahimè, a me piaceva mangiare!



Servirono anni di sacrifici, ma, dopo la selezione all'Accademia Olimpia, dove partecipavano i migliori atleti italiani, mi classificai terzo su 120 atleti. Avevo passato un anno a prepararmi: non esistevano amici, serate in discoteca o altro; un anno dedicato a preparare la gara più ambita e importante in Italia per gli atleti di altezza-peso. Vinsi il trofeo Accademia (con relativo ottimo montepremi). Ricordo che prima della gara la tensione era alle stelle: mai stato cosi nervoso in vita mia!

Come tutti sapete ce l'ho fatta: mi sono aggiudicato il titolo di CAMPIONE NAZIONALE ASSOLUTO. Eravamo 112 atleti, 22 nella mia categoria stravinta, e agli assoluti, cioè i primi di tutte le categorie arrivai primo, come highlander: ne rimarrà solo uno! Mi sentivo davvero un immortale: sensazione incredibile.



Rimasi a al vertice della mia carriera per un po' di tempo, ma mantenere l'impegno agonistico significava rinunciare troppo alla vita privata, e decisi così di abbandonare il mondo dell'agonismo, rimanendo però nell'ambiente per trasmettere, ad altri atleti o non, tutte le mie esperienze.

Oggi mi alleno, mi piace stare in forma, mi piace vivere, mi piace il contatto con gli altri; insomma ragazzi… sono felice .

Ciao e alla prossima.