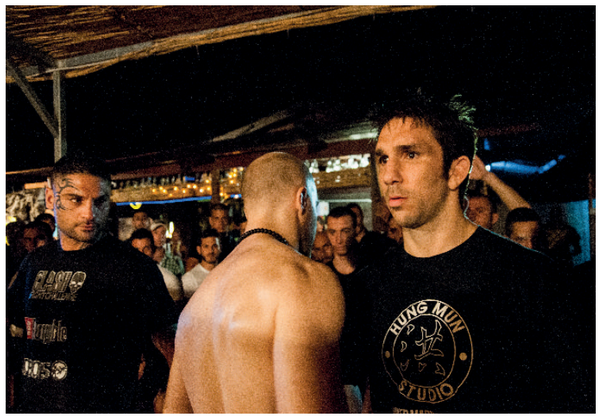
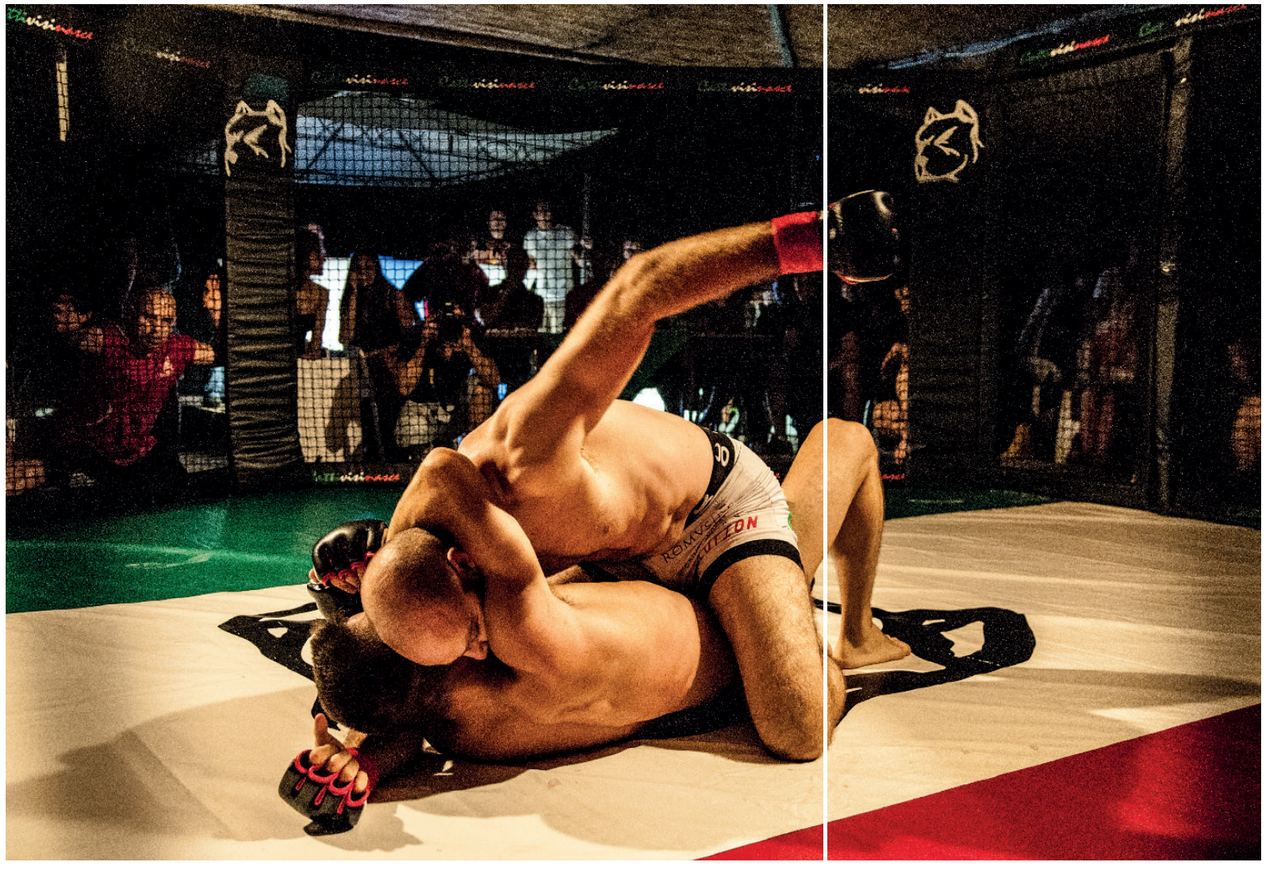
DA POMEZIA CON FURORE

Un mix di karate, kickboxing e thai boxe. Dopo i trionfi Usa le arti marziali miste sbarcano in Italia. Con una star made in Lazio

FOTO DI MARCO CIPRIANI



NELLA FOTO: A DESTRA LORENZO "THE BORG" BORGOMEO, DI SPALLE L'ALLENATORE FABIO CIOLLI. SOTTO: UNA FASE DEL MATCH TRA FABIO CIOLLI E GIORGIO BELSANTI, ALL'INTERNO DELL'EVENTO "CLASH"



Anderson "The Spider" Silva, imbattuto da cinque anni e mezzo, è così sbruffone che alle volte combatte addirittura a braccia abbassate, senza guardia. Stefan Struve, il peso massimo più forte d'Europa, è alto due metri e tredici: sarà per questo che lo chiamano "The Skyscraper", il grattacielo. E tirarlo giù è un'impresa. Jon "Bones" Jones ha perso un solo incontro: per squalifica. Georges St.Pierre, alias Gsp, vanta lo straordinario record di 21 vittorie su 23 incontri: quando combatte, incolla davanti allo schermo milioni di persone. Alessio "Legionarius" Sakara, nato nei quartieri popolari di Pomezia, è l'unico Pro italiano. In America è una star, ma anche da noi non scherza: su Facebook ha oltre 30 mila fan.

Non chiamatelo circo: è uno sport. Anzi, un mix di sport. Si chiama Mma, ovvero arti marziali miste. Un cocktail micidiale di potenza e spettacolo. Prendete un po' di discipline olimpiche come la lotta, il pugilato, il judo e il taekwondo, aggiungetevi grappling, ju jitsu brasiliano, kickboxing, karate e thai boxe. Fatto? Shakerate bene e avrete il fenomeno sportivo più clamoroso degli ultimi anni. Negli Stati Uniti, le Mma sono già il quinto sport dopo i magnifici quattro: football, baseball, basket e hockey su ghiaccio. Qui i match sono trasmessi in diretta tivù e i fighter sono popolari quanto i calciatori in Italia.

Ingaggi da capogiro, spettacolo assicurato, turnover continuo di atleti: chi perde va a casa, non c'è esame di riparazione. Il fenomeno è gestito da un manipolo di promoter e organizzazioni, di cui la Ufc (The ultimate fighting championship) è la regina indiscussa, con un portafoglio di oltre 400 atleti e un record mondiale: è il più grande provider di pay-per-view. I suoi incontri arrivano infatti in 600 milioni di case, distribuiti in 135 Paesi e in 21 lingue. A gestire il "giocattolo", dagli albori a oggi è la Zuffa Llc di Las Vegas, società in mano all'italo-americano Lorenzo Fertitta. Ma per comprendere le arti marziali miste bisogna partire dall'inizio. E spostarsi dagli Usa al Brasile, dove da decenni imperversa il "vale tudo", che in italiano vuol dire "vale tutto". Combattimenti a mani nude, senza limiti di tempo. Nessuna regola. Uniche protezioni: il paradenti e la "conchiglia" per le parti basse. Incontri cruenti, violenti. La scuola più nota, quella dei Gracie, una famiglia di lottatori nati. Nel novembre 1993, Rorion Gracie decide di sbarcare negli Stati Uniti: il primo match di Mma si disputa a Denver. Molti consensi, ma anche tante polemiche. Per il pubblico americano, il "vale tudo" è troppo violento. E poi, la lotta a terra dove si vince per leva articolare o strangolamento, finisce per annoiare chi non ne apprezza la tecnica. Di fatto, è una sfida tra arti marziali: Gracie vuole dimostrare che un buon lottatore può avere la meglio su uno specialista nel combattimento in piedi, uno striker.

Ma la formula non tiene, e va rivista. Così, poco alla volta, arrivano le regole: più sicurezza, più spettacolo. Nessuna testata, tanto per cominciare. Niente "stomp kick", i calci alla testa dell'avversario già atterrato. Si introducono le categorie di peso, come nel pugilato. E si consente l'uso dei guantini: sottili, appena quattro once e con le dita scoperte, in modo da facilitare le prese. Ma la vera rivoluzione è data dalla gabbia, The cage. Rotonda o, molto più spesso, ottagonale. Gli incontri sono roba seria, nulla a che vedere con la finzione coreografica del wrestling. E i fighter sono atleti, non attori. Al pubblico piace lo striking: pugni, calci, ginocchiate e gomitate. «Sport pericoloso e sanguinario», tuonano molti politici negli Stati Uniti. Ma le arti marziali miste spopolano. E la linea di difesa è che il pugilato è molto più pericoloso. Perché lo è il ring rispetto all'ottagono, e per via di quella gragnola di colpi con i guantoni che provocano molti più danni cerebrali delle Mma, dove non c'è solo boxe ma anche lotta. Nessun infortunio mortale nell'Ufc in vent'anni, né casi di coma.

Rispetto al pugilato, è molto più diffuso il "taglio del peso", pratica nota soprattutto nella lotta. «In sostanza si tratta di dimagrire prima di un match anche di 15 chili per poter gareggiare in una categoria di peso inferiore. E avere più chance di vittoria», spiega Alex Dandi, commentatore di Sky Sport. Come? Attraverso una disidratazione complicata e rischiosa che, se praticata male dai preparatori alimentari, può portare a pericolosi blocchi renali. Una scorciatoia di pochi, all'inizio. Ma che oggi praticano tutti. Sakara compreso: «Io peso 98 chili e gareggio negli 84. Inizio un mese prima, arrivo sui 90 chili a tre o quattro giorni dal match, fino a raggiungere il peso richiesto. Nelle trenta ore successive all'incontro, recupero tra gli otto e i dieci chili", spiega il lottatore di Pomezia.

Una follia, vista da fuori. Ma così va il mondo, questo mondo. Taglio e rientro. Per essere più competitivo. Per vincere. Per intascare la borsa del match e restare nel giro che conta. Nel 2010, "Legionarius" è arrivato al quinto posto della classifica Ufc. Ora è ventitreesimo. Ha 33 anni, in teoria può restare ai vertici per altri sette o otto anni. A dodici anni già boxava, a diciassette faceva il buttafuori: «Con me c'era un brasiliano, è stato lui a parlarmi dello jiu jitsu". Due anni dopo, Sakara è già professionista. Si trasferisce vicino a Rio de Janeiro, dove un manager della Ufc lo scopre, arruolandolo. Il resto è la storia di un ragazzo di periferia che si fa strada negli States ed è ancora lì, alla grande.

E in Italia? «Le arti marziali miste si stanno diffondendo a macchia d'olio, soprattutto grazie a Internet», sintetizza Saverio Longo che presiede la Figmma, la Federazione italiana grappling Mma. Nata nel 2009, è l'unica autorizzata a gestire questo sport: di fatto delegata da un'altra federazione, la Filcam. Che a sua volta, riconosciuta dal Coni, assomma in sé sei discipline: lotta, judo, karate, jiu jitsu, aikido e sumo. «Anche per questo abbiamo delegato le Mma, sia pure riconoscendole», spiega il presidente Matteo Pellicone.

Le regole per i dilettanti tutelano maggiormente gli atleti, rispetto a quelle della Ufc americana: c'è l'obbligo del caschetto da pugile e dei paratibie, i guantini hanno un'imbottitura più spessa, non si combatte in gabbia ma su un normale tappeto di lotta e gli incontri sono più brevi: un solo round da cinque minuti. «Almeno duecento palestre in Italia praticano le Mma e di queste ne abbiamo ufficialmente riconosciute già la metà. Ci sono tantissimi ragazzi, specie tra i 13 e i 18 anni. Alle madri, preoccupate, noi diciamo: alla fine questo è un mix di sport olimpici, venite a vedere un match e capirete», spiega il presidente della Figmma.

La gavetta è lunga, e dura. I migliori possono tentare la via del professionismo ed entrare nel giro dei promoter che organizzano i match tra professionisti. A maggio ci sarà "Milano in the cage", e lì verranno anche assegnati i primi titoli italiani Pro della Figmma. Una bella vetrina, con il prevedibile corollario di polemiche. "Legionarius", ovviamente, non ci sarà. Lui è nell'Olimpo, e ci vuole restare ancora un bel po'.

Paolo Cagnan