BODY BUILDING: L’AQUILANO PICCIRILLO ”TRICOLORE”, ORA GLI EUROPEI

22 Giugno 2012



AVEZZANO – Agli onori della cronaca l’atleta Stefano Piccirillo, aquilano doc, ma “adottato” dalla Marsica dopo il sisma di tre anni fa.

Piccirillo, infatti, è stato l’unico rappresentante abruzzese al teatro tenda “Parchi della Colombo” di Roma, dove si tenuta la quinta edizione del campionato italiano Bbf (Body building & fitness), Federazione emergente del Bodybuilding italiano di notevole livello, fondata e presieduta dall’oriundo di Avezzano (L’Aquila) Giampiero Cedola, insieme a Fabio Sallusti.

Tra le finalità associative quella di promuovere la cultura dello sport libero dal doping.

Dopo una partenza “in sordina”, con un terzo posto ottenuto il 3 giugno ai campionati regionali laziali di Albano (Roma) dove forse l’atleta pagava il noviziato alla federazione, Piccirillo ritornava all’attacco dopo quindici giorni di allenamento e dieta estremi, con migliorata definizione.

Proprio grazie a questa ottimizzata forma, unita a proporzioni e simmetria statuarie, Piccirillo sbaragliava tutti gli avversari di categoria guadagnando il titolo di campione italiano 2012 nella categoria H/P-3 chilogrammo, titolo valido come selezione per gli europei che si svolgeranno da domani, sabato 23 giugno.

“Per raggiungere tale traguardo – dice Piccirillo – ormai alla soglia dei 40 anni, e dovendo battermi con atleti con poco più della metà dei miei anni, ho utilizzato allenamenti fuori dagli schemi classici del Bodybuiding. Per cesellare i miei muscoli, infatti, oltre ad impiegare pesi, ho utilizzato i principi della ginnastica calistenica, allenamento che sfrutta il peso del corpo come resistenza, in voga nei ghetti newyorkesi e da poco approdato in Italia”.

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003
Iscrizione al ROC n. 26362 - P.IVA 01812420667
Direttore responsabile Berardo Santilli