

IL CAMPIONE AQUILANO MARCO ZANNETTI TORNA A VESTIRE LA MAGLIA AZZURRA PER I MONDIALI BJJ A BAKU

17 Settembre 2017



L'AQUILA – Rispetto, sviluppo fisico e intellettuale, condivisione, coscienza del proprio corpo e delle proprie capacità, un'educazione da poter riportare nella quotidianità.

Questi i principi alla base delle arti marziali, secondo il campione azzurro di Mma (Mixed Martial Arts), il 24enne Marco Zannetti, per tutti "Zanna", unico aquilano in nazionale, che, dal 19 al 22 ottobre volerà a Baku, in Azerbaijan, per disputare i mondiali di Brazilian Jiu-Jitsu (Bjj), disciplina da combattimento.

Una vita, la sua, ricca di soddisfazioni: nel 2015 si era qualificato per il Campionato mondiale dell'international mixed martial arts federation (Immaf) di Las Vegas, facendo il bis anche nel 2016.

Quest'anno il campione abruzzese ha partecipato agli Europei che si sono tenuti a Novi Sad, città nel nord della Serbia, qualificandosi per i mondiali nella categoria di Bjj.

"Vestire la maglia azzurra è sempre una grande emozione – spiega ad *AbruzzoWeb* – sono fiero di dove sono arrivato, anche se non è stato sempre facile".

L'amore di Zannetti per le arti marziali in genere è nato a soli 5 anni, quando ha iniziato ad avvicinarsi al Karate. "È stato amore a prima vista con le arti marziali – aggiunge – dopo ho praticato anche Kick Boxing, Bjj, judo, fino a scoprire lo sport che le include un po' tutte, l'Mma".

Si tratta di una disciplina che in sé "racchiude contatto, cuore, corpo, testa, ma soprattutto il rispetto per sé e per gli altri – specifica il campione – anche se sono ancora in molti a pensare che sia uno sport violento".

Eppure queste tecniche di combattimento si stanno sviluppando in maniera esponenziale in tutt'Italia, dove nascono a vista d'occhio le palestre delle varie discipline.

"Non ci si fa male durante gli allenamenti, la lotta è la fase finale, parliamo di agonismo, ma la fase più importante è quella dove si impara la tecnica – aggiunge – un momento chiave per costruire la propria personalità e il rispetto per gli avversari".

Molte anche le donne che si avvicinano alle arti marziali, tante le campionesse italiane, che consigliano di frequentare corsi di lotta e autodifesa.

"Credo che per le donne sia ancor più importante – dichiara Zannetti – perché prendono consapevolezza della loro forza fisica e mentale: imparare a governare le proprie capacità e affinare la tecnica, aiuta a non sentirsi deboli di fronte a nulla e saper reagire in ogni situazione".

L'aquilano si divide tra le lezioni alla facoltà di Ingegneria civile a Roio (L'Aquila) e gli allenamenti con Mosé Lamolinara e

Giampaolo Petrollini alla Jujitsu Academy Asd L'Aquila, Mauro Zugaro per la Zed Bjj, a Roma presso la Hung Mun Mma e con Stefano Iafrate della Fittest Evolution per la preparazione atletica, mentre in precedenza è stato seguito "dal bravissimo Gianluca Troiani".

Nell'Mma la "Zanna" aquilana è ancora nella categoria dilettanti, "ma quest'anno - anticipa - passerò ai professionisti".