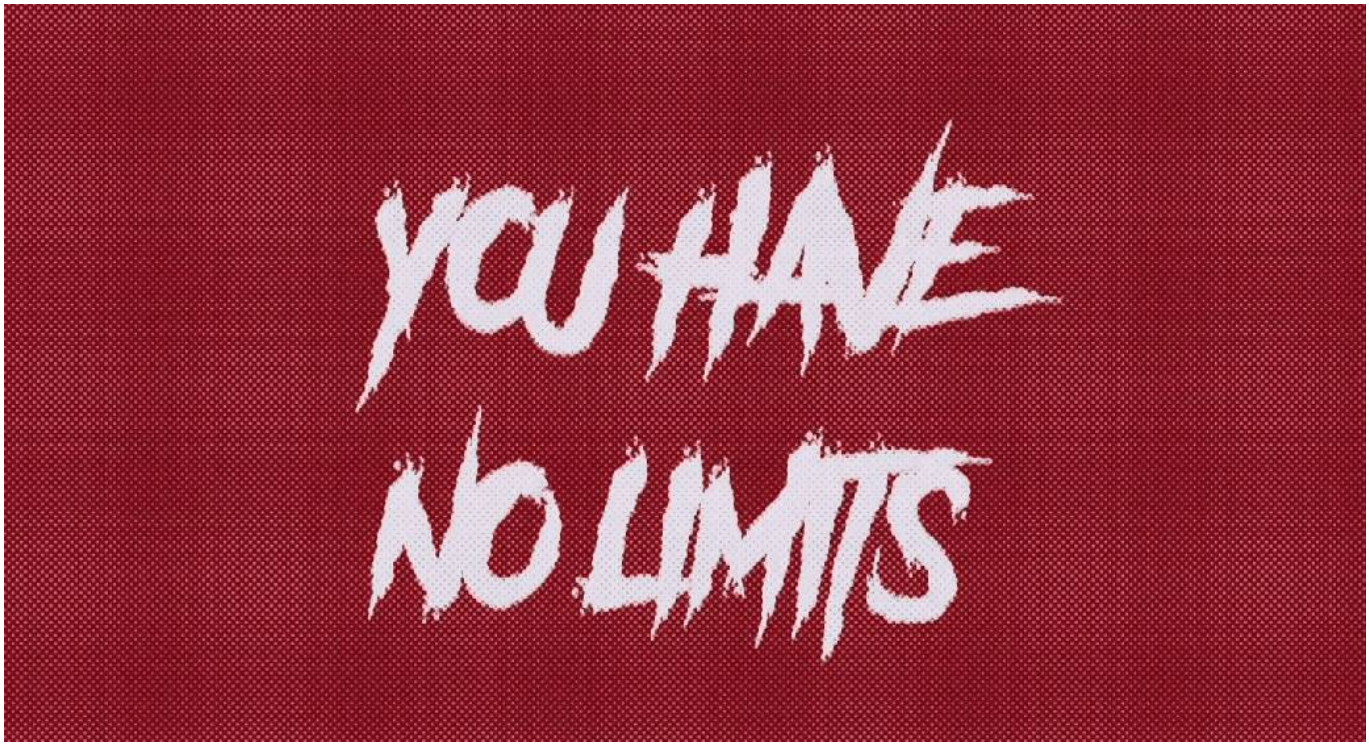
AbruzzoWeb
Tutte le notizie d'Abruzzo a portata di click

# L'AQUILA, LO SPORT CONTRO IL BULLISMO: APRE METROFLEX BLACK GYM, LA STORIA DI FEDERICA E ALESSIO

2 Aprile 2022




L'AQUILA – Una storia di riscatto che passa dalla "cultura fisica", attraverso uno stile di vita sano per superare i momenti bui del bullismo e trasformare la sofferenza in rinascita.

Nasce da un importante bagaglio di esperienze l'avventura dei fratelli Federica e Alessio Tacconi, rispettivamente 26 e 22 anni, che oggi inaugurano all'Aquila "Metroflex Black Gym", in via Giovanni Gronchi 14, nel nucleo Industriale di Pile.

Da un passato difficile ad un futuro pieno di speranza e gioia di vivere: l'apertura della palestra è parte di un percorso a ostacoli che oggi Federica riesce a raccontare con l'auspicio che possa servire ad altri giovani.

"Il bullismo è una brutta bestia, una delle peggiori. Non ti fa vivere di giorno e non ti fa dormire la notte. Avevo paura di andare a scuola – ricorda -,  i miei compagni  mi deridevano per il mio aspetto fisico e quando ero solo una bambina sono arrivati addirittura a mettermi le mani addosso. Lacrime la notte, lacrime di giorno".

"La sensazione è quella di non sapere più cos'è la voglia di vivere, portandoti a dimenticare la bellezza delle cose essenziali, della vita, la gioia di un sorriso perché fondamentalmente quando non vieni apprezzata e ti senti meno di tutti, non hai motivo di sorridere".

Federica racconta di essere stata anche vittima di violenze fisiche: "I traumi e le brutte esperienze restano ma si possono gestire e accantonare scoprendo nuove versioni di se stessi. Non mi sono mai arresa perché dentro di me c'è sempre stata la voglia di riscatto".

Anche Alessio, suo fratello, ha vissuto esperienze simili: "derisione, brutte parole e tanta cattiveria. Purtroppo ci sono tanti ragazzi che al giorno d'oggi muoiono a causa del bullismo, a causa delle pressioni psicologiche e traumi che altre persone provocano per puro godimento personale, per sentirsi forti, quando in realtà sono deboli. Chi è davvero forte non ha bisogno di screditare gli altri, di far soffrire gli altri".

Proprio per questo, spiega Federica, "un mio grande obiettivo, anzi missione, è quella di regalare a tante persone, ragazzi,

ragazze che hanno subito o stanno subendo tutto questo, una seconda possibilità , una salvezza. Aggrapparsi ad una disciplina che permette di diventare forte, di sviluppare una forza mentale tale da arrivare a star bene DA SOLI dentro e fuori. Mi piacerebbe tirar fuori da ogni persona quella parte nascosta che grida un inno alla vita, allo star bene con se stessi come alla fine siamo riusciti a fare noi".

"Quella bambina tanto derisa, oggi è stimata e cercata da quelle stesse persone che tanto l'hanno maltrattata. Non siamo rancorosi e le nostre porte sono aperte anche anche a queste persone, affinché possano lavorare e migliorarsi: la palestra è anche questo, un percorso per acquisire quella sicurezza che non porta più a dover trovare la forza vedendo una persona soffrire".

"La 'cultura fisica' aiuta ad eliminare la cattiveria , ad uscire dai problemi, ad annientarli. Ognuno può diventare quel che sogna; ognuno ha diritto di vivere la vita come vuole. Nessuno è sbagliato , tanto meno lo è mai stato. Bisogna sempre combattere per cercare la versione migliori di sé. Bisogna sfidare se stessi. Quando si cade, l'importante è rialzarsi, percorsi lineari non esistono. Sono le cadute a far crescere e a fortificare.

E la Metroflex Black Gym per i due ragazzi rappresenta tutto questo: "una palestra aperta a tutti, non solo agli atleti già avanzati ma a tutte quelle persone che devono partire da zero. Proprio a loro vogliamo dimostrare che con perseveranza, determinazione e con la giusta guida, ogni obiettivo può diventare realtà".

"Tutti partono da zero, anche noi siamo partiti da lì".

"Nella nostra palestra – assicurano – ci sarà posto per tutti. Saremo sempre presenti con il nostro team composto da biologi nutrizionisti, preparatori atletici, istruttori di sala e delle receptionist fantastiche pronte ad accogliere il cliente e a dare ogni tipo di delucidazione. Si potrà scegliere tra diversi trainer che in collaborazione con la nutrizionista, studieranno appositamente un programma alimentare e di allenamento specifico e soggettivo perché ogni persona è diversa!".

Il sogno è quello di continuare su questa strada, aprire nuove palestre: "'You have no limits' è il motto della Metroflex. Si può cadere ma da ogni caduta ci si rialza più forti di prima ed è quello che vogliamo dimostrare".

© 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