
IVG

Pink Power - Daniela Messina, Oro ai Mondiali di Kettlebell Ireland 2019

di **Polisportiva Finale**

18 Giugno 2019 - 14:45



Fino a che punto il Kettlebell può appassionare una ragazza tanto da portarla ad allenarsi fino a poter vincere un Campionato Mondiale?

Ce lo spiega Daniela Messina, Oro ai Mondiali di fine maggio a Dublino, nello strappo con ghirie da 16 Kg, nella categoria 52 Kg, Amatori:

“Di questo sport amo il fatto che ti spinge a superare i tuoi limiti ogni giorno, in gara e in allenamento.

La mia vita non è stata facile, anzi la mia giovinezza è stata tormentata e difficile; ho vissuto in collegio e casa famiglia; io, mia sorella maggiore ed il mio fratellino più piccolo,

dopo la morte di nostro padre, abbiamo dovuto affrontare tutte le difficoltà di una crescita quasi autonoma e abbiamo subito l'obbligo di crescere troppo in fretta. Tutto questo ha fatto sì che, ad un certo punto, dopo aver fatto corsi di pasticceria in una nota scuola laziale, (con tutti i sacrifici economici che ciò ha comportato), appassionata di tutto quello che riguarda il mondo della medicina e dell'alimentazione e di tutto ciò che riguarda il mondo dello sport, non potendo frequentare per motivi familiari l'università e neanche affrontare una carriera nel mondo della pasticceria, io abbia messo anima e corpo, tutta me stessa, in palestra.

Inizialmente mi allenavo nella piccola palestra nella mia città, (Pra), poi ho deciso di spostarmi più vicino a dove lavoro, in una palestra più grande e funzionale. Lì ho conosciuto un Personal Trainer, che sarebbe poi diventato anche il mio istruttore di Savate, che allenava la sua ragazza con le kettlebell e vedendoli fare l'esercizio di strappo, (che poi è diventato il mio esercizio di gara), mi sono appassionata e ho deciso di iniziare a praticare con lui questa disciplina. Presto, dopo le prime garette capisco di voler andare oltre e inizio a fare anche qualche lezione tecnica con quello che ormai è il mio grande Coach, Christian Borghello, della sezione Only Kettlebell della Polisportiva del Finale e prestissimo mi trovo proprio a far parte della sua Only Kettlebell.

Le mie prestazioni tecniche sono in continuo miglioramento ancor oggi: continuo sempre a migliorare prestazionalmente e tecnicamente grazie al lavoro che mi fa fare Christian, come l'allenamento mirato seguito per l'ultimo Mondiale in Irlanda, svoltosi l'ultimo weekend di maggio, dove ho vinto l'oro nello strappo con ghirie da 16 Kg, nella categoria 52 kg, (anche se questo non è stato il mio miglior risultato), con 173 ripetizioni".

A questo punto Daniela sottolinea che ci tiene a dire che il suo Coach, Christian Borghello, oltre che un grande professionista è anche una grande persona. Daniela oggi continua ad allenarsi duramente, avendo trovato in questo sport una vera passione, tanto da averlo reso per lei la cosa più importante, seppur cercando di dare spazio a tutto quello che le piace, oltre al Kettlebell Lifting, come la pesistica in generale e a seguire gare di Welth Lifting, Power Lifting e Cultura Fisica. Daniela è una ragazza forte e determinata con le idee molto chiare: sa esattamente quello che vuole; ama la sua squadra che considera come una seconda famiglia, e ci tiene a ringraziare i suoi compagni, la sua famiglia e tutti quelli che credono in lei.

Ci racconta inoltre la nostra Daniela Messina: "Sono tanti i sacrifici che faccio per uscire pochissimo con gli amici, evitando grandi impegni, per non togliere spazio all'allenamento a cui tengo tantissimo. Il mio desiderio è quello di diventare Elitè e gareggiare con ghirie da 24 kg; e con estrema disciplina nello sport, così come nella vita, posso dire di aver raggiunto qualche traguardo!"

A questo punto abbiamo chiesto a Daniela di raccontarci un po' quali sono state le gare più importanti della sua carriera sportiva ed ecco allora di seguito i risultati più importanti che ha conquistato:

- al campionato mondiale 2018, svoltosi a Vanzaghello, ha ottenuto il 1° posto snatch 16 kg con 170 ripetizioni;
- al campionato regionale 2019 ha ottenuto, invece, il suo miglior personal record, con 192 ripetizioni, raccontandoci di aver provato un'emozione indescrivibile, frutto di tempo lavoro e preparazione;

-
- al campionato italiano 2019 è invece riuscita a fare 177 ripetizioni;
 - e poi all'ultimo mondiale a Dublino dello scorso maggio 2019 è salita sul podio per aver conquistato il 1° posto snatch 16 kg categoria 52 kg, con 173 ripetizioni e anche qui, ci racconta, l'emozione è stata davvero tanta!

Conclude Daniela: "Amo la mia squadra (alcuni di loro erano per me oggetto di ispirazione anche quando non ne facevo ancora parte), per me sono davvero una famiglia e ringrazia la sua famiglia che non smette mai di darmi forza e supportarmi, di credere in me. La mia riconoscenza va senza dubbio al mio Coach, Christian Borghello, Master Sport, Vice Presidente e Tecnico Nazionale FIKS e Coach della Only Kettlebell di Finale Ligure ed anche a Marta Olivieri Personal Trainer, preparatrice atletica, esperta in mobilità e allungamento muscolare, che lavora anche lei alla mia preparazione.