

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## Ancora un mondiale per il campione assoluto Vincenzo Barretta

Valeria Arini · Monday, October 1st, 2018

Quest' anno dal 4 all' 8 ottobre la **Russia, patria degli sport da combattimento**, ospiterà l' 8° World Championship 2018 Pankration, di preciso nella capitale Mosca. A prendere parte della straordinaria avventura con la Nazionale Italiana ci sarà il pluripremiato, campione del mondo in carica categoria -62 kg Vincenzo Barretta, guadagnandosi sul campo nazionale e internazionale scalando la raking nazionale, laureandosi per ben 3 volte campione italiano assoluto nel 2018. Ormai veterano al suo quarto mondiale, infatti l' atleta ha partecipato nel 2012 in Turchia, 2014 Sparta, 2016 Italia precisamente **ad Eboli, dove si è meritatamente conquistato il titolo mondiale, con due medaglie d'oro specialità Athlima e Kato, medaglia d'argento Agon**. Barretta farà parte della categoria Senior -62 kg e combatterà ancora una volta per tutte e tre le specialità: Athlima ovvero semicontat, Kato (lotta), Agon (lotta più colpi a distanza).

Ma diamo la parola al campione:

### **Quali gli obiettivi che ti prefiggi per il tuo quarto mondiale?**

*«L'obiettivo principale è difendere il titolo che detengo. Dopo aver dato tutto nel mondiale del 2016, ho dovuto affrontare un periodo non facile sia a livello fisico che mentale. Un anno e mezzo senza potermi allenare come ero solito fare, sempre al massimo, ma tra alti e bassi senza mai mollare; portando avanti i corsi di Pankration e seguendo i miei ragazzi, un progetto delineato da tempo che vede me agonista ma anche maestro, sempre per continuare a migliorarsi».*

### **Come hai affrontato quindi questa nuova sfida fisica?**

*«Come affronto sempre ogni cosa: impegno, passione, sudore. Fino a giugno ero un po' fuori forma, il peso era alto per la mia categoria. Ma nell' arco di due mesi luglio e agosto allenandomi ogni giorno per un' ora e mezza, anche in vacanza, ho ritrovato la forma e la voglia di non deludere, soprattutto la Nazionale che mi ha convocato, la voglia di crescere come Pankration in Lombardia e la mia presenza giù a Salerno a San Pietro al Tanagro alla F.I.PK., nonostante i tanti km e gli impegni lavorativi giornalieri. Devo tutto questo soprattutto alla determinazione che metto in quello che faccio, nonostante i problemi fisici che mi affliggono. Sto dimostrando a me stesso che ancora ho qualcosa da dire, nuovi stimoli, nuovi obiettivi, grazie ai miei insegnanti Ronga Vincenzo, maestro di box, kick box e mma, Sina Mario maestro di Judo, i miei allievi che mi trasmettono questa carica a non mollare mai, e migliorare giorno per giorno insieme a loro. Quest' anno inoltre, oltre al Dojo di Cassano Magnago dove ha una scuola di pankration i sieme a Lovallo Mattia, presente in altre due nuove società in Lombardia Orizon Olcella e The Animal's*

*Gym Busto Arsizio, grazie ad Angelo Merlino mio personal coach e preparatore atletico. Ho passato due mesi a metterci del mio, impegnandomi per questo evento, 10 ore a settimana, con tanta voglia di ripartire il giorno dopo. Grazie ai miei sponsor che mi supportano sempre: farmacia Introiti, farmacia Mucchiati, CasaCastano, New fire ladies. Alla mia ragazza che in ogni difficoltà è lì presente che mi sostiene e mi incoraggia».*

### **Dovessi fare un bilancio ad oggi Vincenzo?**

*«Che dire a 32 anni avere questi obiettivi non è facile, soprattutto per uno come me che lavora e porta comunque avanti la sua passione ad alti livelli; non lavora guadagnando facendo ciò che ama, ma ama il suo lavoro come la sua passione (ride). Umiltà, cuore, rispetto e sudore. Come dice il vecchio Mennea citandolo : "la fatica non è mai sprecata. Soffri ma sogni." Ed io continuo a sognare un' altra finale. Anzi, la voglio mia. Sarà un Mondiale duro, cinque continenti, molti professionisti e più di 600 atleti. Noi, una bella delegazione italiana con atleti di valore assoluto a difendere e portare in alto il tricolore».*

### **Orizon Olcella**

This entry was posted on Monday, October 1st, 2018 at 3:43 pm and is filed under [Arti Marziali](#)  
You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.