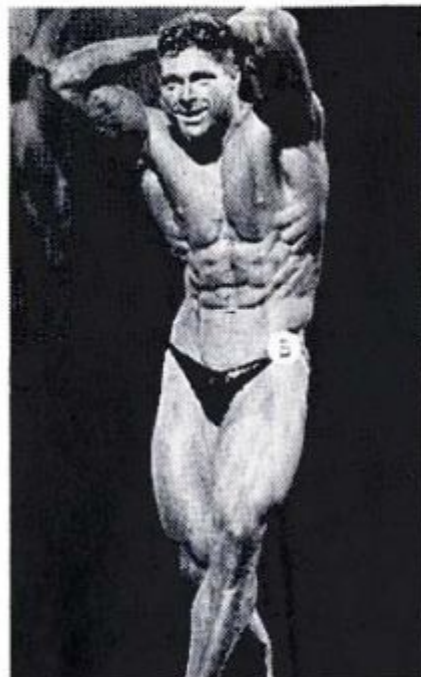


Body building. Francesco Casillo a Los Angeles per una gara mondiale

Studente modello cagliaritano nel firmamento dei muscoli



Francesco Casillo

Tra le mani ha due foto. Una lo ritrae mentre sfoggia addominali e bicipiti di ferro. L'altra è la fototessera del libretto universitario. Faccia da studente modello. Almeno a giudicare dalla lista di trenta elogi accanto a tutti gli esami sostenuti. Per Francesco Casillo, cagliaritano di 26 anni, il body building oltre essere una disciplina che segue da nove anni, uno stile di vita e un lavoro, è la molla che lo ha portato sui libri. Laurea all'Isef con il massimo dei voti, i libri universitari sono ancora aperti per la specializzazione in Scienza e tecnica dello sport. Poi c'è il curriculum delle sfilate in costume. Trampolino americano, con una sfida mondiale vinta a Miami e un terzo posto a Los Angeles (Muscle mania champions world).

Quest'anno ci riprova sempre in California, sponsorizzato da una ditta statunitense di prodotti per il body building che gli ha già firmato un assegno prima

della partenza. Casillo giura di essere ancora più in forma rispetto all'anno passato. Non dice quanto pesa, ma non è scaramanzia: «Proprio non lo so - spiega - Se dovessi pesarmi prima di una gara sarei portato a fare sciocchezze, tipo evitare di bere o sbilanciare la dieta per perdere peso. L'esito lo saprò sabato 15 prima di finire sotto i riflettori. Credo di pesare sui cento chili». Non ha dubbi sulla scelta di scartare la Sardegna per le gare di body building. «L'America è un trampolino di lancio che regala sempre nuove possibilità».

Casillo lavora in palestra a Cagliari come personal trainer e scrive anche articoli sulla nutrizione per un sito americano. È a dieta tutto l'anno. Ma ammette senza indugi di essere un narcisista: «Il body building è immagine. Lo specchio è il migliore amico».

VIVIANA DEVOTO