

Body Building. Il cagliaritano ha sfidato e battuto atleti di tutto il pianeta

Frankie sul tetto del mondo

Casillo, primo italiano a vincere il titolo Npc assoluto

Francesco Casillo supera tutti e conquista il titolo per Npc Tournament of champions, gara mondiale a livello amatoriale. È il primo bodybuilder italiano a riuscire nell'impresa.

Sbancare gli americani in uno sport di cui detengono la primogenitura e tutti i titoli non è da tutti. Farlo negli Stati Uniti, poi, è davvero un'eccezione. Riuscire nell'impresa nella massima categoria, è raro. Unico, nel caso italiano, visto che Francesco "Frank" Casillo, cagliaritano di 34 anni, è il primo bodybuilder dello

Stivale ad aver conquistato il titolo assoluto della categoria "Npc Tournament of Champions", nella competizione svoltasi a Culver City, Los Angeles, il dieci settembre scorso.

LA GARA. «È una delle più prestigiose gare a livello amatoriale», spiega il campione. Divisa in sei categorie, dai 65 chilogrammi fino ad oltre 102, la prima fase della competizione avviene la mattina, quando si sfidano gli atleti di ogni sezione. I sei vincitori nel pomeriggio gareggiano per il titolo assoluto. Che è quello conquistato dal *builder* cagliaritano. Che due anni fa aveva già partecipato a questa gara, conquistando un dignitosissimo 2° posto nella categoria pesi massimi (dai 90 ai 102 chilogrammi). Ma a Fran-

kie non bastava: voleva il top ed è riuscito a conquistarlo.

L'ATLETA. La vulgata vuole che uno come Casillo sia tutto muscoli e niente cervello. «Vado in palestra tre volte a settimana per 45 minuti», specifica, «l'allenamento è breve ma intenso». Nel suo *curriculum* oltre i muscoli c'è l'istruzione: diploma Isef, laurea in Scienze motorie, laurea specialistica in Scienze e tecnica dello sport e poi seminari di specializzazione e aggiornamento su Stress ed analisi clinica della composizione corporea. Scrive per riviste del settore e di mestiere fa il personal trainer. «I risultati dei miei clienti sono su internet». Forse la maggior soddisfazione dopo il titolo assoluto Npc di quest'anno. (m. g.)



Frank Casillo esibisce il trofeo appena vinto

La storia del diciassettenne Carlo Cannas, figlio di due matematici

Informativo da serie A