

JUDO Il 15enne mestrino si è laureato campione italiano Cadetti primo anno: è il suo secondo titolo Luca Rafaniello, la più giovane cintura nera d'Italia

IL SOGNO

«Vincere un'Olimpiade e rendere popolare il nostro sport»

Francesco Marcuglia

MESTRE

Luca Rafaniello, quindicenne mestrino, è campione italiano di judo, categoria Cadetti primo anno, -46 chilogrammi.

«E' successo al Palasport di Ostia - racconta Luca - dopo 5 combattimenti tutti conclusi prima del limite. Alquanto impegnativa la finale, contro il napoletano Daniele Di Capua, peraltro un amico. Dopo varie scaramucce, con alcune tecniche di ribaltamento a terra, l'ho immobilizzato per i classici 20 secondi. Perciò vittoria per ipon. Un ringraziamento lo devo a Matteo Boscolo che mi ha preparato tecnicamente».

Vittoria che t'è valsa la cintura nera.

«Certo. Assegnatami con l'encore dalla Federazione perchè il più giovane in Italia a conquistarla».

Ma questo per te non è stato l'unico titolo tricolore.

«No, è il secondo. Nel dicembre 2015, in qualità di Esordiente B, l'altro, ottenuto dopo gran battaglie».

Quando hai iniziato?

«A sei anni. Su sollecitazione di mamma a praticare qualche sport, dopo una breve esperienza con il nuoto, ho preferito lo judo. Mi entusiasmai da subito. Ricordo che erano tre lezioni la settimana. Eb-

bene io, invece, andavo tutti i giorni in palestra».

Quindi pure ora ti alleni con intensità.

«Cinque sedute settimanali, di un'ora e mezza l'una».

Alimentazione. Segui qualche dieta?

«Nessuna. Tuttavia sono attento a mantenere il peso, evitando i cibi elaborati. Mi piace la pasta, poco il riso. Mangio carne, rossa e bianca, verdura in maniera limitata. Molta frutta; dolci sì, preferito il tiramisù».

Hobby. Ne hai?

«La fotografia. Senza però arrivare a grandi cose».

Preferenze in fatto di svago.

«Le classiche uscite con gli amici. Girellare per piazza Ferretto, qualche volta al cinema.

Pizza. Aperitivo assolutamente no».

Possiedi qualche animale da compagnia?

«Avevo Uga, una tartaruga. E' morta».

Ascolti musica?

«Moltissimo. Specie nel pre-gara: libera l'adrenalina. Preferisco la commerciale ma anche quella rap».

Lecture, oltre alle scolastiche.

«Mi appassiona la storia recente.

Specie i trattati sui due conflitti mondiali».

Quale nazione avresti il desiderio di vi-

sitare?

«L'Inghilterra. A parte la storia, i monumenti, e tutto il contesto, mi piace il carattere degli anglosassoni».

Ti ispiri a qualche personaggio famoso?

«Ammiro Zantaraia, judoca georgiano, più volte campione del mondo. Di recente, ad uno stage a Lignano, mi son misurato con lui sul tatami».

I tuoi più assidui sostenitori.

«I genitori, le sorelle, i nonni Lucia, Mariateresa, Aldo. Ma anche il mio padrino Marco Salvagno. Poi i vari amici, di passeggiate e di palestra».

Segui altri sport, oltre allo judo?

«Tifo Inter. Però il giocatore che più m'entusiasma è Eden Hazard, esterno sinistro del Chelsea».

Il tuo sogno.

«Vincere un'Olimpiade. Diventare un personaggio famoso nello sport. Cercare di divulgare lo judo, perchè guadagni una posizione di primo piano, tipo come ora da noi il calcio».

Dal 2017 cosa ti aspetti?

«Punto a riconfermarmi campione italiano. Anche se ci sarà da sudare, e parecchio. Oltre a questo obiettivo, spero di entrare tra gli azzurri partecipanti agli Europei. E poi la scuola: essere promosso!»

© riproduzione riservata

