



EVENTI
A Magliano, tutti pazzi
per Ricciarelli e Kledi

All'interno



SAGRE
Dolce o salato? A Tuglie
la scelta è semplice

All'interno



il meglio
dell'estate
in Puglia



Fax: Brindisi 0831/562217
Fax: Lecce 0832/338224
Fax: Taranto 099/4537847

E-mail:
protezionezero@quotidianodipuglia.it

Ecco l'uomo che fa sudare i vip

Parla Vito Toraldo, leccese doc e personal trainer
di star come Gerini, Pession e Cucinotta

di **Ilaria MARINACI**

È salentino - leccese doc, per la precisione - uno dei più quotati personal trainer dei vip. Vito Toraldo, classe 1968, da qualche anno a questa parte, è conosciuto nella Capitale per essere il nume tutelare dell'equilibrio psicofisico di molti personaggi famosi. Politici, economisti, giornalisti, attori e attrici sono ben felici di affidarsi alle sapienti cure del maestro di taekwondo che ha mosso i suoi primi passi a Lecce sotto l'ala protettiva di Gino e Giuseppe Perulli per poi spiccare il volo verso una carriera sportiva lunga e ricca di soddisfazioni.

Toraldo, infatti, è stato campione italiano della sua disciplina per ben otto volte e ha ottenuto medaglie in vari campionati mondiali ed europei ed alle Universiadi. Ha chiuso la sua attività agonistica al Madison Square Garden di New York durante i Mondiali del 1993. Da allora fino al 2000, ha gestito le sue due palestre salentine, a Lecce e a Galatina. Poi, la svolta con il trasferimento a Roma, nel 2001, e la scelta di dedicarsi all'allenamento dei vip, con molti dei quali ha stretto rapporti di sincera amicizia.

«Seguo quotidianamente - racconta l'ex campione leccese, in questi giorni in vacanza nel Salento - l'economista Alan Friedman, che si sottopone a un allenamento costante e meticoloso, tanto che, sotto la mia guida, è dima-



Toraldo con
Claudia Gerini
(foto Riccardo
Ghilardi) e Maria
Grazia Cucinotta.
Nel negativo,
dall'alto la
cantante Arisa,
l'attrice Gabriella
Pession, Alan
Friedman ed Elio
Toscano



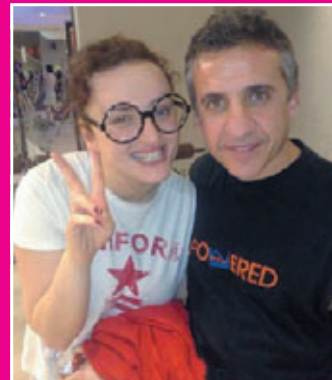
grito e tonificato. Ha voluto imparare le tecniche di difesa personale perché viaggia spesso in giro per il mondo. Poi, alleno l'ex ministro dell'Economia Adolfo Urso e il numero due dell'Arma dei Carabinieri, il generale Elio Toscano. E ancora Daniele Mastrogiacomio, il reporter di Repubblica rapito dai talebani in Afghanistan nel 2007, e Antonia De Vita, giornalista Rai e figlia dell'ex leader Dc, Ciriaco».

Molti anche i personaggi del mondo dello spettacolo. «Da quattro anni - continua Toraldo - sono il trainer di Claudia Gerini, l'unica a dedicarsi al taekwondo non solo per la preparazione atletica ma anche con velleità sportive: è, infatti, cintura rossa e non dubito che possa diventare cintura nera entro quest'anno. Alleno anche Maria Grazia Cucinotta e il marito Giulio Violati, a casa dei quali sono stato ospite a luglio. E poi Gabriella Pession, che ora sta girando un film a Los Angeles, e il suo fidanzato Sergio Assisi, e ancora Paola Lucisano, la produttrice di "Ex" e della fiction Rai "Notte prima degli esami"».

Un episodio curioso che Toraldo ricorda riguarda proprio la Gerini, con la quale, qualche anno fa, si è prodotto in una esibizione di difesa personale sul palco del Maurizio Costanzo Show. «Eravamo al Centro Olimpico di Roma ad allenarci e abbiamo incontrato gli atleti della nazionale italiana di Taekwondo. Claudia ha voluto combattere con loro, protetta solo da caschetto e corazza. È inusuale che un'attrice decida di cimentarsi in un combattimento vero, rischiando di farsi male al viso, eppure lei era convintissima». Ma qual è il segreto del successo del personal trainer salentino? «Forse il fatto che prediligo un mix fra la preparazione atletica classica e alcuni colpi di arte marziale, come calci e pugni. Con me, insomma, i vip si divertono e si sentono in buone mani».



ALBUM DEI RICORDI



SABINA GUZZANTI

sabato

17

settembre 2011

ore 21:00

P.tta Libertini
Lecce

prevendita e info

• 0832.348758

• Clinica dell'accendino
0832 332624

€ 20,00 + € 2 prev.