



Questo sito utilizza cookie tecnici e di profilazione propri e di terze parti per le sue funzionalità e per inviarti pubblicità, contenuti e servizi più vicini ai tuoi gusti e interessi. Chiudendo questo messaggio, scorrendo questa pagina o cliccando qualunque suo elemento acconsenti all'uso dei cookie per le finalità indicate. Per negare il consenso a tutti o ad alcuni cookie o anche solo per saperne di più fai [clicca qui](#).

Accetto



Michieletto: "Disciplina, forma, rispetto e pugni, ecco perché fare kickboxing"

 **Fighting:**
tutte
le notizie



La valdostana difenderà sabato a Monza il titolo iridato nel derby contro la genovese Vernocchi: "La vera violenza è altrove. Questa attività fa bene, sai cosa vuol dire prendere e dare un colpo"

Luca Taidelli

21 maggio - 14:43 - MILANO

Diciannove incontri, con tre titoli mondiali in palio e le immagini trasmesse in diretta un po' in tutta Europa e negli Stati Uniti. L'edizione 2019 di Oktagon, il noto gala degli sport da combattimento, si annuncia ricchissima. Uno show, quello in scena sabato 25 maggio alla Candy Arena di Monza, diviso in tre atti, tra le tre sfide iridate per le corone mondiali ISKA di kickboxing alla sfida

internazionale di Thai Boxe ai prestige fight, sempre di kickboxing. Tra le chicche in programma, il derby che mette in palio il Mondiale categoria 57 kg tra la più esperta Veronica Vernocchi e la campionessa in carica Martine Michieletto. Che ci racconta il suo avvicinamento al match e la sua passione per il ring.

Michieletto, durante la presentazione di Oktagon a casa sua (Donnas, Val d'Aosta) le è scappata la lacrimuccia. Nel vostro mondo rischia di essere preso come un gesto di debolezza?

"Di solito sono sempre fredda, ma eravamo nel luogo dove sono nata, con tutta la famiglia presente, il video girato sulle rocce dove prima ho trascorso l'infanzia e poi mi sono allenata. Debolezza? La debolezza è un'altra cosa".

Balotelli a bordo ring per l'amico Petrosyan



Come si è avvicinata agli sport da combattimento?

"Ho iniziato 10 anni fa, dopo tanto tempo nell'atletica leggera, correndo i 100 e 200 metri, e la cosa mi ha preso sempre di più anche grazie all'incontro con quello che è da sempre il mio allenatore e ora il mio compagno, Manuel Bethaz. Ho cominciato da un corso vicino a casa, poi le prime gare...".

Fino al titolo mondiale da difendere contro Veronica Vernocchi sabato prossimo.

"Una grande sfida, ho un rispetto enorme per Veronica. Lei ha un'estrazione più pugilistica, io lavoro di più con gambe, movimento e ginocchiate. Lei rientra dopo un lungo stop per infortunio, difficile prevedere come questo possa influenzarla: puoi avere un po' di ruggine ma anche tanta rabbia. A me comunque cambia poco, combatto contro chiunque".

Viene da 12 vittorie consecutive...

"E l'ultima sconfitta, contro l'olandese Denise Kielholtz, è stata come minimo sospetta. Un verdetto ai punti nel Mondiale per Bellator che ha suscitato diverse polemiche. A fine match ero convinta di avere vinto".

L'ha più incontrata?

"Avrei tanto voluto, ma non mi è stato concesso. E lei ha cambiato disciplina, passando alle MMA".

Dal Muay Thai alle più ricche MMA: vorrebbe farlo anche lei?

"Al momento non è nei miei piani, anche perché ci vorrebbe tempo per assimilare le nuove tecniche e soprattutto il combattimento a terra".

Consiglierebbe il suo sport a una donna e a un bambino?

"Certamente sì. A differenza di quello che pensano in tanti, la violenza è altrove. Ho visto molto più rispetto in questo sport che in tanti altri. Tra l'altro ai ragazzini dà molta disciplina, che negli ultimi tempi mi sembra di vedere sempre meno. Per le donne non ne farei solo un discorso di autodifesa, ma rimane molto utile per mettersi in forma".

Quanto è importante la base atletica?

"Molta gente inizia perché è sovrappeso, nello stesso club in cui mi alleno ce ne sono diversi. Poi ci vuole tempo per imparare la tecnica. A me è venuto abbastanza facile, dipende da quanto sei coordinato".

Crede che l'Italia sia un paese sessista?

"Non ho mai avuto esperienze personali, ma in tanti mi dicono di sì".

Conosce Rossella Setti, la ragazza che un mese fa insieme al fidanzato è stata aggredita da un gruppo di delinquenti che ha messo in fuga grazie al suo passato da kickboxer?

"Non personalmente. A livello di difesa personale il Muay Thai è utile perché sai cosa vuol dire dare un pugno ma soprattutto riceverlo. Chi non è abituato e riceve un colpo spesso rimane bloccato".

Cosa pensa delle altre discipline da combattimento?

"Ho gran rispetto per il pugilato, nella thai boxe il contatto c'è, in altre arti marziali vedo più simulazione".

E il wrestling?

"Non credo sia una completa pagliacciata. I wrestler sono così pesanti che quando cadono o vanno contro oggetti, un po' di male se lo fanno per davvero".

Dica la verità, prova un po' di invidia per chi

guadagna milioni facendo molta meno fatica?

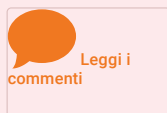
Ride... "Voglio sperare che anche certi sportivi facciano fatica. E comunque in ogni disciplina chi emerge è perché ha fatto sacrifici e svolge una vita regolare".

Sul ring si ha anche paura?

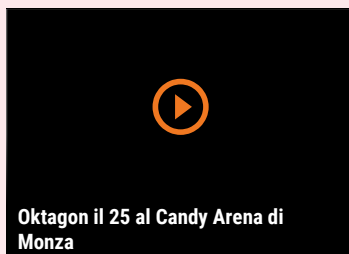
"Si deve avere paura, che ovviamente non significa panico. E' la paura che ti rende più vigile e concentrato".

Ma le restano tempo e voglia per divertirsi?

"In discoteca non avrei neanche voglia di andare. Mi piace il cinema, ma dopo due allenamenti al giorno alla sera hai solo voglia di dormire...".



© RIPRODUZIONE RISERVATA



I TUOI BOOKMARK

[Vai alla lista completa](#)

>

POTRESTI ESSERTI PERSO

GAZZETTA CODICI SCONTO

Aliexpress

Scopri le ultime novità dalla Cina con un codice sconto

Aliexpress

eDreams

Prenota la vacanza senza pensieri usando un codice sconto eDreams

IBS

Dai un'occhiata alle nuove uscite e risparmia con un codice sconto IBS

GearBest

Tech e accessori ribassati grazie ai codici sconto GearBest

ANNUNCI PPN

RCS MediaGroup S.p.A.

Via Angelo Rizzoli, 8 - 20132 Milano.

Copyright 2019 © Tutti i diritti riservati. CF, Partita I.V.A. e Iscrizione al Registro delle Imprese di Milano n.12086540155. R.E.A. di Milano: 1524326 Capitale sociale € 270.000.000,00 ISSN 2499-3093

Sito del Gruppo RCS

Corriere della Sera

Abitare

Amica

l'odonna

Oggi

Living

Quimamme

Doveviaggi

Style

El Mundo

Marca

Corporate

RCS Mediagroup

Fondazione Corriere

Fondazione Cannavò

Links utili

Sitemap

Redazione

Cookie policy e privacy

Codici sconto