

Fitness! Una deliziosa domenica a Rimini

Di Claudio Giunta



Il mio sociologo di fiducia, Giuseppe Sciortino, può anche dire che esagero, che do importanza ai fatterelli e non ai fatti, che sto scambiando la periferia per il centro, e che le statistiche continuano a dire che ad andare in palestra è comunque una piccola minoranza di italiani, altro che mania collettiva: pochi, o non tanti comunque, concentrati in una particolare fascia d'età. Niente di epocale, solo moda, molti meno di quelli che si fanno i *selfie* o i tatuaggi, perciò se cerco i segni dello *Zeitgeist* – e già è volgare farlo – è meglio se guardo da quelle parti.

Può darsi, ma non è strano sentire, in una pizzeria da asporto, la frase «Tanto devo fare massa», pronunciata da un cliente piuttosto robusto al pizzaiolo che gli ha appena consegnato non una ma, per errore, due pizze al prosciutto? E, se l'occasionale non conta, non è strano – e anche un po' sinistro – che persone relativamente normali si facciano impiantare dei *polpacci artificiali*?

Per questo sono tornato al Festival del Fitness di Rimini: per vedere se lo spirito del tempo soffia in quella direzione, come mi era parso la prima volta che c'ero stato, due anni fa.

Soffia, soffia.

Il Festival del Fitness è una fiera, e infatti si tiene a Rimini Fiera, come il meeting di CL. Non ci sono altre analogie, salvo forse l'euforia, l'eccitazione che anche al meeting di CL non soltanto si respira nell'aria ma *si vede* sulla faccia trasfigurata dei fieristi: la preghiera libera endorfine, come lo spinning. È una fiera, e come tutte le fiere si rivolge o si rivolgeva, prima di tutto, agli addetti ai lavori: proprietari di palestre, istruttori. Ma non è una fiera come le altre, perché quello che si vende e si compra è lo 'stare in forma', e il numero delle persone che vogliono stare in forma è molto più alto di quello delle persone che vogliono cambiare la moto, o pittarsi le unghie, o parlare di Gesù. E sono anche persone più varie, un campione più rappresentativo di italiani. Perché naturalmente il Festival è un figaio ambosessi, ma soprattutto perché ci sono gli istruttori-dimostratori, che sembrano quasi tutti presi da *Olympia* della Riefenstahl, mentre il pubblico dei non addetti è fatto soprattutto di gente normale con un corpo normale, è il pubblico dei corsi di corpo libero in palestra, donne molto più che uomini, per lo più a gruppi, anche grupponi di cinquanta, che sono venuti a Rimini per la prima gita dell'estate: gente mite.

Al Festival, questo pubblico allegro, rilassato, festante, può non solo guardare ma anche fare: paga un biglietto-forfait per uno, due o tre giorni e insieme all'ingresso si compra il diritto di partecipare a tutti gli infiniti corsi dimostrativi che si svolgono, a ritmo chaplinesco, nei padiglioni della Fiera: corsi che i visitatori-atleti, già madidi alle dieci del mattino, spuntano dai loro programma come si spunta la lista della spesa: aquagym fatto, spinning

fatto, piloga fatto, step coreografico fatto...). È stata questa l'idea geniale: farli sudare.

In vista di questo obiettivo – far sudare – l'industria del fitness, come ogni altra industria, progetta e produce in regime di obsolescenza programmata (l'esercizio per gli addominali che è giusto oggi sarà un po' meno giusto domani, il peso gommato soppianderà il peso non gommato) ma, a differenza di ogni altra industria, deve fare i conti con quelle cose relativamente semplici e costanti nel tempo che sono i corpi umani. Cambiare macchina, cambiare il taglio della giacca, si può capire; ma – restando fermi gli obiettivi: dimagrire, irrobustirsi – cambiare la *leg press*? I manubri? I tappetini in lattice? Ma se c'è, come c'è, una iper-domanda, ci sarà anche, e c'è, una iper-offerta; e in effetti, camminando tra gli stand, uno ha l'impressione che qualsiasi cosa possa essere usata per fare ginnastica, qualsiasi cosa possa essere sollevata, tirata, spinta via, presa a pugni o a calci: cavi che scendono dal soffitto per appendersi, anelli per issarsi, bastoni che si ruotano a girandola sopra la testa, cilindri pieni d'acqua che si fanno rimbalzare da una spalla all'altra, sbarre flessibili che spostano il baricentro del corpo e comprimono/stirano gli addominali, palle morbide, palle più dure, palloni più grossi, pesetti legati alle caviglie mentre si cammina sul tapis roulant in piano, sul tapis roulant in salita, sul tappeto elastico, dondoli che si piegano assecondando il movimento del corpo, corde che vanno sollevate e abbassate a tempo, facendo l'onda, trapezi come quelli dei trapezisti, ma a mezz'altezza, cerchi a mezz'aria come quelli in cui saltano gli acrobati, bastoni flessibili infilzati per terra, che si piegano e tendono in un modo che non saprei definire con una parola diversa da *circense*, e che – sedotto forse dalla loro semplicità, forse dalla forma perfetta della collaudatrice – decido immediatamente di acquistare.

Molte stranezze, molti *freaks*, naturalmente. Ma non bisogna andare al Festival del Fitness con lo spirito del collezionista di cazzate, bisogna godere anche un po' ingenuamente della varietà, dell'inventiva: anche davanti al *body-builder* travestito da antico romano, calzari, gonnellino in pelle con le greche, corona d'allora dorata, il nome «Milone di Crotone» tatuato sopra il capezzolo destro, e vicino la mucca pezzata 50x50x50; anche davanti agli slogan marziali stampati sulle magliette nere di gente dall'aspetto marziale: VSQVE AD FINEM, FACTA NON VERBA. Guardate il lato buono: è cultura classica, è latino.

La normalità è più interessante, e il visitatore che ritorna, se a suo tempo ha preso appunti, ha l'impressione di poter osservare la normalità in movimento, cioè la direzione che il fitness potrebbe prendere, o sta già prendendo. Solo un'impressione, si capisce. Qui servirebbero davvero statistiche, sondaggi, altrimenti si rischia di scambiare la realtà come è con la realtà come pare ragionevole che sia. Sembrerebbe al tramonto l'epoca d'oro dei muscoli gonfiati, del *body-building* da beverone: il numero degli innaturalmente grossi, anche solo in questi due anni, sembra diminuito. Ma chissà se è vero, se non è solo la proiezione di un desiderio, la coda davanti agli stand degli integratori c'era anche quest'anno, i *selfie* al fianco degli innaturalmente grossi... Ma se su quello che muore non mi sentirei di scommettere, mi sbilancio volentieri su quello che secondo me vivrà, sulle tre cose che ritroverò in perfetta salute al mio ritorno al Festival tra due anni.

C'è un revival della vecchia palestra, quella di prima delle macchine, quella anche un po' sporca di gesso, chiazze di sudore, e degli sport che si facevano nella vecchia palestra. Nello stand Callisthenics c'è una gran ressa per le dimostrazioni, ma sono le vecchie parallele, le vecchie sbarre, la roba di cent'anni fa, solo più affusolata. E a tutti sembra sia venuta voglia di sollevare pesi, non i pesi delle macchine o i pesetti delle rastrelliere, ma proprio il bilanciere del pesista, o della pesista, visto che le donne sono almeno la metà: il doppio gesto della girata e della spinta – col bilanciere issato sopra la testa, mentre le gambe si divaricano per dare stabilità – è un gesto che ha fascino, che ha futuro, è strano che si sia dovuto aspettare il CrossFit per scipparlo ai sollevatori di pesi professionali (sì, è ovvio che i prossimi sono gli anni del CrossFit).

La ginnastica a corpo libero – le vecchie flessioni, i vecchi piegamenti – è sempre più il nome di una disciplina coreutica, è l'alibi grazie al quale madri e padri di famiglia che non hanno più l'età né il tempo per andare in discoteca possono mettersi a ballare alle sei del pomeriggio di un giorno ferialo, spendendo poco. Macumba Dance Fitness lo dice proprio: *Una miscela esplosiva di Rock, Dance e Burlesque per un allenamento completo e divertente*. Altri non hanno bisogno di dirlo: Moma Studios ha anche l'aria di una discoteca, con le luci stroboscopiche e la macchina del fumo. Nello stand di Dansyng hanno aggiunto anche le canzoni: la gente balla e canta, praticamente un musical in scarpe da ginnastica e canotta fosforescente. E la classe di step assomiglia in maniera impressionante alla coreografia di *Cicale* di Heather Parisi, la sigla di *Fantastico*, rivista giorni fa per un attimo in *L'odore della notte* di Caligari. Dov'è finita tutta quella meravigliosa creatività ballettistica, adesso che in

televisione i balletti non li fanno più, adesso che fanno ballare solo le coppie para-famose, e Franco Miseria è, per i più, soltanto un nome? In palestra.

Ma soprattutto. In due anni, due anni appena, mi pare proprio che sia molto aumentato lo spazio per quelli che menano, mi pare che negli stand di Boxeur des Rues, Leone 1947, Barrus si siano moltiplicati i ring: uomini, donne, bambini che menano o fanno finta di menare sul ring, sull'ottagono, sui materassini, mentre dagli altoparlanti esce *Lust for Life* di Iggy Pop o la colonna sonora di *Mission Impossible*, e mentre sul ring accanto c'è l'allenamento dimostrativo di un thailandese di cui ho dimenticato il nome ma non la qualifica, scandita dallo speaker: «atleta completo, specialista in tecniche di gomito».

«Vabbè – dico a uno che è lì che sorveglia due ragazzine che per adesso, sul ring, si esercitano a schivare – ma menare non è una cosa brutta?».

«Ecco», fa lui paziente, «ma qui non si tratta di menare, non è menare, è combattere, che è diverso, no? Perché guarda che l'istinto del combattimento ce l'abbiamo tutti. Adesso mi dici che tu non ce l'hai l'istinto del combattimento?».

«Ma insomma io poi...», comincio a dire.

«Ce l'abbiamo tutti», conclude lui dialettico. «E ce l'hanno soprattutto i più giovani, un po' per natura, per la loro natura, un po' perché viviamo in un mondo violento».

«Ma non è che è violento anche perché insegniamo ai ragazzini a menarsi? Non è che la preparazione alla violenza vuol dire già in sé avallare la violenza, fargliela entrare nel sangue, metterla nell'ordine non del possibile ma del probabile? Voglio dire: *si vis pacem para bellum* era il motto del popolo più bellicoso della storia. A parte i nazisti, si capisce» – questo *starei per dire* se lui invece non avesse già tirato dritto.

«E allora questo istinto al combattimento dobbiamo incanalarlo, disciplinarlo, e qui i ragazzini, anche i bambini se vuoi, appunto quello imparano: intanto a difendersi, e poi a disciplinare il loro istinto al combattimento, a imparare delle regole e osservarle. È una scuola di vita, come tutto».

Il «come tutto», in particolare, mi lascia spiazzato, perché come dargli torto? Come non vedere che tutto, nella vita, è una scuola di vita? Così dopo che lui s'è alzato per tornare sul ring attacco bottone con una delle madri dei bambini e delle bambine che due metri più in là si stanno preparando a saltarsi addosso, e che un po' ha seguito, annuendo, il mio dialogo con l'istruttore.

«Vabbè», dico, «ma menare non è una cosa brutta?».

«Perché», fa lei continuando ad annuire, «rompere i coglioni no?».