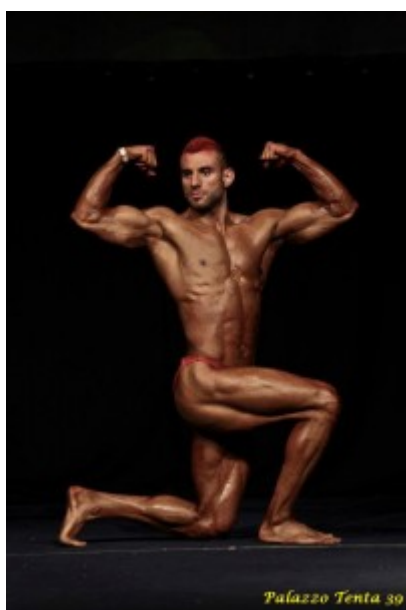


## Il "Campioncino"

Dalla rivista a diffusione nazionale "BB Body-Building" (di Giuseppe Ronchini)

**Virginio Granese: campione mondiale Juniores IBFF.**



C'è chi nasce predestinato. Virgilio Granese, classe 1990 (epoca d'oro del body-building italiano) probabilmente lo era: forse un po' di "quell'aria" è entrata in lui ... Dopo 10 anni dedicati al calcio, che lo ripaga con grandi soddisfazioni in ambito locale e regionale, un grave infortunio alla clavicola lo allontana dai terreni di gioco. E' allora che Virginio fa il suo ingresso in una palestra, insieme all'amico d'infanzia Walter.

Subito avviene la conoscenza con Gilberto Ciriello, che in breve diviene un suo grande punto di riferimento: tecnico, ma soprattutto personale. L'amicizia con Gilberto dà ulteriore importanza alla sua scelta sportiva: quasi gli sembra di dover superare un esame... e questo esame lo supera a pieni voti, dato che i risultati non si fanno attendere. Così, quello che era cominciato come un sodalizio calcistico con Walter, diventa la condivisione di un sogno.

La passione è incontenibile e ormai la sua quotidianità si nutre di questo sport. Virginio divora "Cultura Fisica" e segue su Internet le prodezze sportive del suo idolo: il grande Daniele Seccarecci, il più amato atleta italiano, che troppo presto è mancato alla sua famiglia naturale e alla grande famiglia del culturismo. Di lì a poco il ragazzo matura la decisione di provarsi in pedana.

I suoi genitori, già poco favorevoli a un eccessivo impegno, lo vedono provato dalla dieta e stanco per i turni di 10 ore di lavoro in una palestra della sua zona, ma capiscono che per Virgilio è importante e accettano la sua scelta. Ed ecco che il sogno si realizza: la stagione 2012 vede il suo esordio a Gioia del Colle, in una competizione di selezione della IFBB nella quale si classifica al 6° posto negli Juniores. Poche settimane dopo è la volta del Grand Prix Sud Italia IFBB di Agropoli, dove arriva quinto.

Il momento delle prove e degli "scherzi" è terminato: Virginio ha scelto il "ferro" ed è assolutamente determinato a dimostrare quanto vale. Il 2013 è l'anno della sua consacrazione. Partecipa a diverse competizioni e si mette in mostra come una delle migliori giovani promesse del body-building nazionale. In pochi mesi, con una forma che migliora di gara in gara, s'impone al Campionato Italiano IPf, al Grand Prix Open "Muscle Cup" di Napoli e al Campionato Mondiale IBFF di Koper, sempre nella categoria Juniores. La "risonanza" che hanno queste vittorie è tale che Virginio (molto conosciuto nell'avellinese anche per l'altra sua passione, la musica: suona il sax contralto in una band locale) viene persino premiato dall'amministrazione comunale di Bagnoli come "miglior atleta del 2013".

Con tanta gratitudine e umiltà, il "campioncino" dedica i suoi successi alle persone che più lo hanno sostenuto: la mamma Vincenza, diventata la sua "cuoca ufficiale", il papà Domenico e il fratello

Felice, e poi tutti i parenti, la famiglia della sua ragazza, gli amici di sempre con Walter in “pole position” e il suo allenatore Gilberto Ciriello.

Ma le soddisfazioni non finiscono qui: un giorno Virginio riceve una telefonata dalla redazione di “Uno Mattina”(trasmissione televisiva di attualità e costume di Rai1) e viene invitato a parlare di sé, di ciò che ruota intorno al mondo del BB e della sua vittoria al Mondiale ... !

Questo riconoscimento gli permette di presentare la nostra disciplina, cosa che raramente succede ai nostri atleti, e di portate in televisione un’immagine pulita e positiva di questo sport lontana da ignoranza e pregiudizi. Passato il momento di “celebrità“, l’atleta campano torna a mettere la sua passione al servizio degli iscritti della palestra in cui lavora, con l’obiettivo, un giorno, di avere un centro tutto suo dove poter iniziare a questa disciplina altri giovani campioni.

Concludo questa presentazione con una dedica speciale di Virginio rivolta a Luisa, la sua fidanzata, che come un angelo custode lo segue ogni giorno: “Questo sport ti può dare e togliere tanto. A me ha dato lo sguardo, il sostegno e l’amore di una donna fantastica; e mi ha tolto tutte le paure e i timori: la paura di non riuscirci e di non farcela. Non bastano tutte le parole del mondo per dirti cosa sei per me, ma ne servono poche per dirti che sei la mia vita e il mio trofeo più grande”.

---

L’articolo sulla rivista BB ...



## IL “CAMPIONCINO”

Virginio Granese: campione mondiale Juniores IBFF.

di GIUSEPPE RONCHINI • foto di FRANCESCO IOVENE

C’è chi nasce predestinato. **Virginio Granese**, classe 1990 (epoca d’oro del *body-building* italiano), probabilmente lo era: forse un po’ di “quell’aria” è entrata in lui...

Dopo 10 anni dedicati al calcio, che lo ripaga con grandi soddisfazioni in ambito locale e regionale, un grave infortunio alla clavicola lo allontana dai terreni di gioco. È allora che Virginio fa il suo ingresso in una palestra, insieme all’amico d’infanzia Walter. Subito avviene la conoscenza con Gilberto Ciriello, che in breve diviene un suo grande punto di riferimento: tecnico, ma soprattutto personale. L’amicizia con Gilberto dà ulteriore importanza alla sua scelta sportiva: quasi gli sembra di dover superare un esame... – e questo esame lo supera a pieni voti, dato che i risultati non si fanno attendere. Così, quello che era cominciato come un sodalizio calcistico con Walter, diventa la condivisione di un sogno. La passione è incontenibile e ormai la sua quotidianità si nutre di questo sport; Virginio divora “*Cultura Fisica*” e segue su *internet* le prodezze sportive del suo idolo: il grande Daniele Seccarecci, il più amato atleta italiano, che troppo presto è mancato alla sua famiglia naturale e alla grande famiglia del culturismo.

Di lì a poco il ragazzo matura la decisione di pro-

varsì in pedana. I suoi genitori, già poco favorevoli ad un eccessivo impegno, lo vedono provato dalla dieta e stanco per i turni di 10 ore di lavoro in una palestra della sua zona, ma capiscono che per Virginio è importante e accettano la sua scelta. Ed ecco che il sogno si realizza: la stagione 2012 vede il suo esordio a Gioia del Colle, in una competizione di selezione della IFBB nella quale si classifica al 6° posto negli Juniores. Poche settimane dopo è la volta del Grand Prix Sud Italia IFBB di Agropoli, dove arriva quinto. Il momento delle prove e degli “scherzi” è terminato: Virginio ha scelto il “ferro” ed è assolutamente determinato a dimostrare quanto vale.

Il 2013 è l’anno della sua consacrazione. Partecipa a diverse competizioni e si mette in mostra come una delle migliori giovani promesse del *body-building* nazionale. In pochi mesi, con una forma che migliora di gara in gara, s’impone al Campionato Italiano IPF, al Grand Prix Open “Muscle Cup” di Napoli e al Campionato Mondiale IBFF di Koper, sempre nella categoria Juniores. La “risonanza” che hanno queste vittorie è tale che Virginio (molto conosciuto nell’avellinese anche per l’altra sua passione, la musica: suona il sax contralto in una *band* locale) viene persino premiato dall’amministrazione comunale di Bagnoli come “miglior atleta del

\*\*\*\*\*



2013". Con tanta gratitudine e umiltà, il "campioncino" dedica i suoi successi alle persone che più lo hanno sostenuto: la mamma Vincenza, diventata la sua "cuoca ufficiale", il papà Domenico e il fratello Felice; e poi tutti i parenti, la famiglia della sua ragazza, gli amici di sempre con Walter in "pole position" e il suo allenatore Gilberto Ciriello.

Ma le soddisfazioni non finiscono qui: un giorno Virginio riceve una telefonata dalla redazione di "Uno Mattina" (trasmissione televisiva di attualità e costume di Rai1) e viene invitato a parlare di sé, di ciò che ruota intorno al mondo del BB e della sua vittoria al Mondiale...! Questo riconoscimento gli permette di presentare la nostra disciplina, cosa che raramente succede ai nostri atleti, e di portare in televisione un'immagine pulita e positiva di questo sport, lontana da ignoranza e pregiudizi.

Passato il momento di "celebrità", l'atleta campano torna a mettere la sua passione al servizio degli iscritti della palestra in cui lavora, con l'obiettivo, un giorno, di avere un centro tutto suo dove poter iniziare a questa disciplina altri giovani campioni. Concludo questa presentazione con una dedica speciale di Virginio rivolta a Luisa, la sua fidanzata, che come un angelo custode lo segue ogni giorno: «Questo sport ti può dare e togliere tanto. A me ha dato lo sguardo, il sostegno e l'amore di una donna fantastica; e mi ha tolto tutte le paure e i timori: la paura di non riuscirci, di non farcela. Non bastano tutte le parole del mondo per dirti cosa sei per me, ma ne servono poche per dirti che sei la mia vita e il mio trofeo più grande».

