

**A BORDO RING**

La boxe è dal vivo... non sui social

pag. 3

**A TU PER TU**

Veronica Tosi, grinta e sorrisi

pag. 5



**ADDIO CAMPIONE**

Benvenuti, un riferimento, sul ring e non

pag. 6

**TAF X**

Revenge Night da brividi, il 5 luglio a Milano

pag. 14



N.44 luglio 2025  
Special edition



**INQUADRA IL QR-CODE**  
E SCOPRI DI PIÙ

INVEXTRA MAGAZINE

# X NEWS

# DARIO MORELLO

**A TU PER TU CON UN CAMPIONE**

[www.invextramagazine.com](http://www.invextramagazine.com)

**STAR SYSTEM**

Adriana Lima, fighter nel corpo... e nell'anima

pag. 8



**SUL RING**

Boxe d'estate, si può, tenendo sotto controllo il battito

pag. 23



**INTERNATIONAL**

Usyk vs Dubois, chi sarà il Re dei massimi?

pag. 22



*Inquadra il QR-code  
e scopri di più*



# DAZI MILANO

*Mixology bar con cucina gourmet nel Dazio dell'Arco della Pace*

*Cosa aspetti a venirci a trovare?*

[www.dazimilano.com](http://www.dazimilano.com)

# LA BOXE È DAL VIVO... NON SUI SOCIAL

Una classifica degli sport più duri e più belli non può essere che molto personale. Ho sempre considerato il massimo fare apnea, alpinismo o vela in solitario. Sono sport in cui la tecnica conta quanto la preparazione fisica. E soprattutto, se sei appeso in parete, prima di pensare a 'vincere', devi capire come riportare a casa la pelle. Chi pratica certi sport, merita rispetto, anche perché non cerca applausi da social. Dispiace solo non poterli seguire più da vicino, questi 'matti'. Certe loro performance possiamo solo sognarle.

Anche la boxe, come tutti gli sport d'opposizione, in cui ogni istante tutto può cambiare, non può non affascinare. La forza sul ring conta, ma come diceva un vecchio spot Pirelli, 'la potenza è nulla senza controllo', senza tecnica. La boxe, poi, è uno sport antichissimo, quindi molto regolato. Diventa pericoloso solo quando gli incontri non sono equilibrati (e quando l'arbitro dorme).

Quando invece due pugili dello stesso livello ben preparati se le danno di santa ragione, è uno spettacolo ad alto tasso tecnico che può essere goduto da tutti, non solo dai più esperti. La boxe non è complessa come il baseball, non c'è il fuorigioco come nel calcio, non ci sono sostituzioni o scuse.

Sul ring ci sono sempre due atleti, uno contro l'altro, che hanno un unico scopo, vincere. Non annientare l'avversario. La 'cattiveria' che serve sul ring sta nel capire i punti deboli del pugile che hai di fronte e colpirlo proprio lì. Come nel tennis: le palle corte le giochi quando l'avversario inizia a stancarsi. Come mi ha detto Dario Morello, di cui leggete qui



una bella intervista, «un pugile, se è sveglio, non si allena per diventare 'il migliore'. Prima di ogni incontro studi l'avversario per essere più bravo di lui.»

La maggior parte dei pugili italiani professionisti pratica il suo sport anche un altro lavoro e può allenarsi solo un paio d'ore al giorno. La situazione sta cambiando e forse presto torneremo ad avere pugili che sono vere star, come il compianto Nino Benvenuti.

Nel frattempo, i nostri fighter, meritano il rispetto di chi ama davvero lo sport. Mostrarlo è facile e emozionante: si compra il biglietto di grandi eventi come TAF 10. Chi resta sui social, spesso a sputare insulti, si perde tutto. Lasciamoli perdere, lasciamoli tra loro. Noi ci vediamo a bordo ring.

(Lorenzo Tiezzi)



  
**MABO SRL**  
CONSULENZA AZIENDALE PER LE IMPRESE  
FINANCIAL ADVISOR Y-COMPLIANCE-DUE DILIGENCE  
INFO.MABOSRL@GMAIL.COM

  
**TEL. 039 614700**  
info@emirlattneria.it  
Via Rossi Ernesto, 115 Arcore (MB)  
**Emir**  
Lattneria s.r.l.  
Cooperativa Civile e industriale

**nuovalario**  
Soluzioni per  
l'ambiente  
  
www.nuovalario.it

# **SERVIZI DI SICUREZZA**

- Sicurezza non armata
- Sorveglianza tramite personale altamente qualificato e referenziato
- Sicurezza per locali pubblici, club, centri commerciali, villaggi turistici



**BARONE  
SERVICE**

SOCIETÀ DI SERVIZI

***Segui la nostra  
ironia sui social!***





# Veronica Tosi, grinta e sorrisi



«*Accidenti, sono davvero un po' provata. Questo caldo è pesante, ma non mollo. Sto venendo a Milano a fare sparring e pure domani mi allenerò, prima della conferenza... Di che foto hai bisogno per l'intervista, scattate mentre combatto oppure normali?».*

Ecco quello che mi scritto **Veronica The Butcher Tosi**, subito dopo la divertente chiacchierata che ci siamo fatti al telefono, prima di conoscerci alla conferenza stampa di TAF 10, in programma il 5 luglio al Centro Pavese di Milano.

Piccola di statura, piena di tatuaggi, sempre col sorriso sulle labbra, Veronica sprizza energia in ogni cosa che fa. 37 anni portati benissimo, originaria di Vigevano, mette insieme l'entusiasmo di una ragazzina e l'esperienza di una pugile esperta.

**Se la boxe femminile, anzi la boxe italiana in generale, avesse bisogno di una testimonial, lei sarebbe perfetta.** Anzi, usare il condizionale è sbagliato. Visto che esiste, proviamo a raccontare tutta sua energia. «*Diciamolo, noi donne nello sport quella grinta in più, quella voglia di andare oltre che a tanti uomini pur più potenti manca*», dice.

### Cosa avete in più?

«*Siamo più attente. Se un ragazzo tu lo metti sul ring, di solito inizia a portare colpi, senza pensare alla posizione delle gambe o altro. Invece una ragazza guarda anche i piedi, le spalle... Siamo più attente ai dettagli anche fuori dal ring, no?».*

### Assolutamente sì. E solitamente siete pure più chiacchierone...

«*Io lo sono senz'altro, lo ammetto. Sul ring non ci sono parole e non si ammiccia, si spinge forte. Cristina Garganese, la mia prossima avversaria, la conosco e la stimo, ma sul ring non ci sono amicizie, si mena*».

### Ti chiamano The butcher, la macellaia perché picchi forte?

«*E' vero, picchio forte. Sono una fighter, non sono una pugile tecnica. Per questo da professionista mi sto togliendo un bel po' di soddisfazioni. Il mio soprannome però deriva dal mio lavoro extra ring, ovvero faccio davvero la macellaia. I miei colleghi dicono che è meglio non farmi arrabbiare, ma in realtà è sul ring che mi scatenano, nella vita sono piuttosto tranquilla*».

### Quanta violenza c'è nel pugilato?

«*Il pugilato è arte in movimento. C'è chi lo paragona agli scacchi. Tu fai una mossa, la tua avversaria risponde, lo scacco matto può essere il colpo del KO. Conta la testa, mica solo i pugni. Chi si ferma solo all'apparenza si perde il bello del nostro sport*».

(Lorenzo Tiezzi)

**Tel. 02 9084 1646**  
Via dell'Industria 9, 20083 - Gaggiano (MI)

**STUDIO TECNICO**  
GEOM. Giuseppe FEUDALE

**GFD** 02 39628128 | +39 339 3764341  
Email: giuseppe.feudale@tiscali.it

**Puricelli Srl**  
VERNICIATURA METALLI

**CONTATTI:**  
0362 123 0622  
v.puricellisrl@gmail.com

**MediaConsulting**  
Advice Corporate & Financial

Info: [mediaconsultingsa@gmail.com](mailto:mediaconsultingsa@gmail.com)

# Benvenuti, un riferimento, sul ring

**Il mondo del pugilato ha salutato con commo- zione Nino Benvenuti**, scomparso il 20 maggio 2025 a Roma all'età di 87 anni, uno dei pugili più importanti della storia sportiva italiana. Campione olimpico a Roma nel 1960, icona assoluta della boxe e simbolo della rinascita del Paese, Benvenuti ha lasciato un'impronta indelebile nello sport e nella cultura italiana combattendo tra welter (fino a 67 kg), superwelter (fino a 69,85 kg) e pesi medi (fino a 72,57).

**Nato a Isola d'Istria nel 1938, Giovanni "Nino" Benvenuti fu esule e trovò nella boxe una rivincita personale e nazionale.** L'oro alle Olimpiadi di Roma del 1960, preceduto dal premio Val Barker per l'eleganza sul ring, lo rese subito un eroe popolare. Il suo stile raffinato, basato su jab, movimento e strategia, lo rese uno dei tecnici più apprezzati del pugilato moderno. Il suo apice professionistico arrivò nel 1967 quando sconfisse Emile Griffith a New York, conquistando il titolo mondiale dei pesi medi.

**Ne seguì una trilogia memorabile, con due vittorie (aprile 1967 e marzo 1968) e una sconfitta (settembre 1967).** Ma l'incontro sul ring non fu l'unico legame fra loro: nei decenni successivi, Benvenuti e Griffith divennero amici fraterni. Griffith fu padrino di cresima di uno dei figli di Benvenuti e l'ex campione italiano lo sostenne pubblicamente quando Griffith negli anni '90 fece coming out, dichiarando: «*La sua vita privata non cambia nulla. Era, e resta, un grande uomo e un amico vero*». Quando poi Griffin scomparve, disse: «*Per me era un grande amico, anzi un fratello... sapevo che se avessi avuto bisogno, lui ci sarebbe stato sempre*».



**Nel pugilato professionistico Benvenuti vinse anche il titolo superwelter (1965-1966) e tornò al successo anche nei pesi medi**, restando sul tetto del mondo fino al 1970. Benvenuti, che dopo la carriera sportiva fu a lungo anche commentatore e divenne pure attore, incarnò il perfetto eroe sportivo dell'Italia del boom degli anni '60: disciplina, eleganza, riscatto.

In un'epoca in cui lo sport è sempre più spettacolo ed è mediaticamente frammentato, la figura di Benvenuti – che fece anche volontariato in India – resta un faro. Anzi, speriamo davvero possa restarlo a lungo. Oggi che troppo spesso si fa notizia con polemiche e chiacchiere, il ricordo Benvenuti può davvero servire.

(Jacopo Neri)

**Goods**



Visita il nostro sito:  
[www.goods.it](http://www.goods.it)

**LitMaster**



**DL**  
MACCHINE UTENSILI

CONTATTI  
Toll. 335.6523149  
E-mail: [info@diellemacchine.it](mailto:info@diellemacchine.it)  
Via Antonio Locatelli 62, 24121 Bergamo (BG)



**Studio S.G. Consulting**  
Tel. 0317093566

Corea Unità d'Italia 2 22063 Cantù (CO)

**DM**  
COSTRUZIONI



CONTATTI:  
+39 335 814 9613 |  
Via G Marconi 28/18 - 20044 Arese (MI)

[dm@dm-costruzioni.com](mailto:dm@dm-costruzioni.com)



Leader nel settore industriale dell'imballo.

[www.galdram.com](http://www.galdram.com)

Leader nella costruzione  
di impianti industriali

**BISELLO**  
TECNOLOGY SYSTEM SRL



ISO 9001

BUREAU VERITAS  
Certification



+39 0331 837019 | [segreteria@bisello.it](mailto:segreteria@bisello.it)

[www.bisello.it](http://www.bisello.it)

# ADRIANA LIMA, FIGHTER NEL CORPO... E NELL'ANIMA

Lo scorso 12 giugno 2025, la splendida **Adriana Lima**, modella e indimenticabile angelo di *Victoria Secrets*, ha spento 44 candeline. Nonostante l'età, che per chi è al centro della scena è 'avanzata', tre gravidanze e la lunga carriera da supermodel, mica ha intenzione di smettere di far sognare i suoi fan. Anzi.

Ma come riesce a mantenersi in forma? Semplice, fa boxe da quando aveva 19 anni. Oggi allenarsi fa parte della sua routine quotidiana. Basta leggere la sua pagina Instagram, che conta milioni di fan e pochi post. Uno è dedicato a come deve sentirsi un/a fighter, ovvero un pugile: «Essere pugili è istinto ed è ragione; è primitivo ed è moderno. Un pugile si sacrifica, vince, perde e vince ancora. Persevera, è selvaggio, sereno, orgoglioso e umile. Chi fa boxe ama e combatte». Mica male!

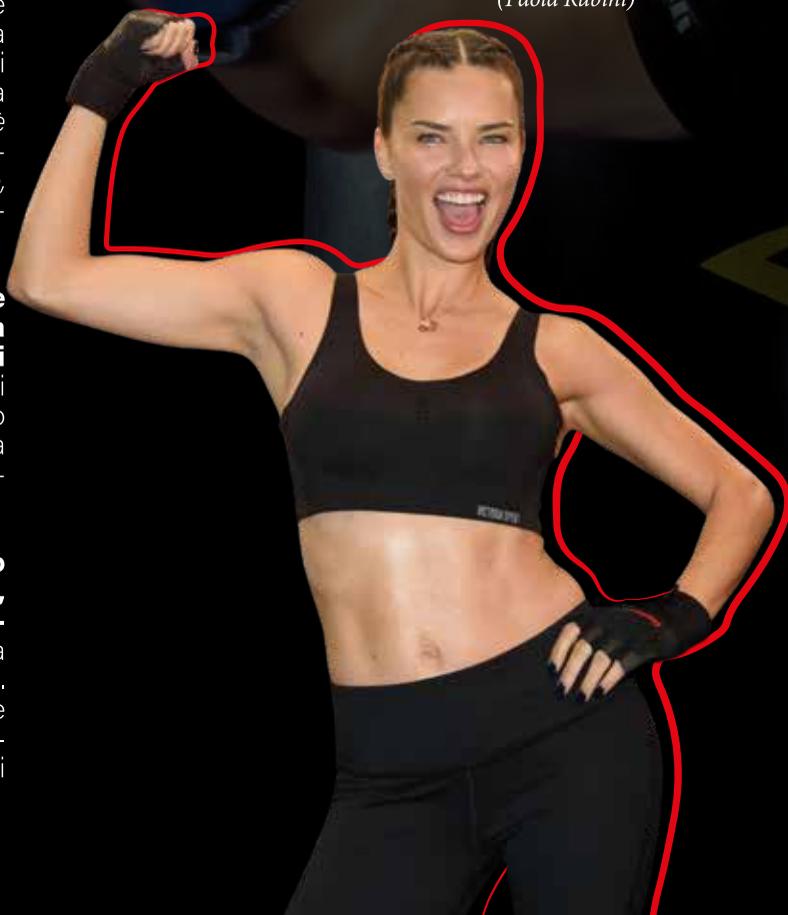
**Adriana si allena soprattutto con Michael Olajide Jr, ex campione dei pesi medi, che la segue da oltre dieci anni nella palestra "Aerospace" di New York.** E non solo, siccome spesso è a Miami, qui suda con Dino Spencer, ex pro di Miami e proprietario della leggendaria 5th St. Gym, dove si allenava perfino Muhammad Ali. È proprio Dino a dirlo: «Adriana picchia come un uomo».

**Le sessioni di Adriana Lima di solito durano circa 90 minuti e combinano salto con la corda, sacco da velocità, doppio-end, sparring e circuiti a corpo libero.** Pure il già citato Michael Olajide, la tratta come una vera pugile, mica come una modella... con allenamenti intensi che puntano su esercizi che stimolano resistenza muscolare, cardio e coordinazione, evitando i tipici crunch in favore di rotazioni dinamiche del busto...

**Ovviamente, Adriana mica mangia tutto ciò che vuole. La sua è una alimentazione equilibrata** con carboidrati complessi, cioccolato fondente e pasti sani anche in viaggio. Certo, ogni tanto uno sgarro, perché «non bisogna essere troppo dure con sé stesse».

**Adriana la boxe la ama davvero.** «Mi dà forza, libera le energie e calma lo spirito. E se qualcuno si avvicina troppo... so difendermi», dice. E quando non si allena in palestra, la bella Lima mica si riposa: almeno 10 minuti di corda in camera appena sveglia e poi yoga, meditazione, relax e stretching. Risultato? Corpo tonico, mente forte, spirito sereno. O come dice lei: «Sweat makes you beautiful», il sudore ci fa belli.

(Paola Rubini)



# M.P.T.L. MACHINE TOOL S.R.L.S

Magazzino Madone- Via Papa Giovanni XXIII, 2

Cell. +39 335 5735314

Forniamo macchinari usati e nuovi per la lavorazione della lamiera.

Presse Piegatrici-Cesoie-Taglio Plasma- Taglio Laser

Offriamo assistenza pre e post vendita.

È nostra partner un'agenzia che vi assisterà sui pagamenti NOLT  
(Noleggio operativo a lungo termine).

La convenienza del pagamento NOLT? Si può godere di importanti vantaggi  
Infatti si ha la possibilità di portare l'Iva in detrazione ed il costo in deduzione di tutte le rate  
periodiche.



**ACQUISTIAMO Vs USATO**

Mail [mptlcommerciale@gmail.com](mailto:mptlcommerciale@gmail.com)

# DARIO MORELLO, RISATE, PUGNI & FILOSOFIA



Milano, Centro Pavesi, sabato 17 maggio 2025. TAF 9, in collaborazione con Fight Club Fragomeni, come main event presenta **Dario Morello vs Yassin Hermi**, per il Titolo Italiano Pesi Medi. Hermi si presenta in total black, con il cappuccio in testa ed il volto quasi del tutto coperto. Si intravedono solo gli occhi. Si vede bene solo la scritta sul suo accappatoio: Loredana. Poi sale Morello, con un immenso sombrero ed una specie di coperta zebra addosso. E' rosanero, così come i lunghi pantaloncini. Ondeggiano parecchio, visto che sono aperti sui fianchi.

Morello ha pure due marchi sulla schiena, sparati sulla pelle in inchiostro viola (uno è Invextra, l'altro Q System Srl). Parte l'inno italiano, che cantiamo tutti, anche tra il pubblico, perché è giusto così. Siamo italiani, l'evento c'è e cantiamo tutti insieme. Se la boxe serve a unirci un po' di più, ad ammirare chi sta per dare tutto per farci divertire, serve già a qualcosa.

Poi l'arbitro chiama i pugili al centro del ring. Li tocca entrambi dietro al collo, come fai quando vuoi farti ascoltare da un ragazzino scatenato e dice: «ricordatevi quello che vi ho detto negli spogliatoi: attenzione alle teste, non colpite alla nuca. Onorate la cintura, in bocca al lupo».

**Finalmente le chiacchiere e le canzoni sono finite, si comincia. Passano appena 38 secondi e Morello è già in difficoltà.** Si rialza in un istante, ma prima mette un guantone per terra. Sono a due passi dal ring, ma dietro ad un palo. Non so cosa, ma ho capito che è successo qualcosa. Lo dice anche Davide De Zan in telecronaca: «sarà importante rivedere le immagini». Probabilmente non ha capito molto neppure lui.

**Dopo questo momento difficile per Morello, inizia il vero match. Pian piano, recupera e vince. Non di molto, ma vince.** A un certo punto incita anche la folla, più per fare spettacolo che per necessità di caricarsi. Tra un round e l'altro, all'angolo, non si siede neppure. Lo guardo con attenzione: non vuole solo intimorire l'avversario. Non ha proprio bisogno di sedersi, respira a bocca socchiusa. Arriva il verdetto, che è unanime. 96-94, 96-94 e 95-94. Qualcuno, su *The Greatest of Boxing* scrive: «*Hermi si conferma avversario ostico, ma la maggiore pulizia e strategia di Morello fanno la differenza*». Non è possibile scriverlo meglio.

«**Un oplita e un semidio non possono scontrarsi, sarebbe un sacrilegio**», mi dice Dario Morello durante una lunga chiacchierata al telefono che segue una cena divertente in compagnia. Gli opliti, per chi non lo sapesse, erano i soldati / cittadini delle città stato dell'Antica Grecia. Dopo ci vediamo ancora. E' di nuovo simpatico, e disponibile. Mi dice che più che un'intervista abbiamo fatto «*un simposio*», ovvero una sorta di discussione filosofica ... Sarà, ma mi sento in difficoltà. Quella che devo ancora scrivere non è la solita intervista in cui 'metto in bella copia' i pensieri di qualcuno.

**Devo far capire anche che Morello non è solo un bravo pugile di 32 anni che spesso è pure al centro della scena del gossip, visto che è fidanzato con la cantante Serena Brancale.** Devo raccontare che è uno che le parole e le intuizioni forse se la cava forse ancora meglio che con i pugni. Non per caso si è occupato anche di SEO (ottimizzazione dei testi dei siti web) ad alto livello. «*Per un periodo ho scritto articoli su un sito di content marketing. Mi accaparravo il tema su cui scrivere, scrivevo l'articolo e guadagnavo qualcosa. Prima del Covid avevo un po' il mito del freelance che lavora in giro per il mondo con il suo portatile, mi sembrava una cosa molto divertente*», mi dice ridendo.

**E allora, visto che tanto l'obiettivo non lo raggiungerò, visto che per raccontare tutto Morello ci vorrebbe ben altro che un'intervista, facciamo come lui e divertiamoci.** Cominciando da qui, dalla sua risata. Perché Morello è uno che non si prende troppo sul serio. Sui social è sferzante, certo, ma è prima di tutto autoironico. Altrimenti non pubblicherebbe post in cui si dà del ciccone, con i fratelli Lizzi, suoi cugini. Né si metterebbe a cucinare spaghetti alla 'nduja, cipolla di Tropea e calamari con lo chef stellato Andrea Larossa. Un po' campano e un po' calabrese, Morello oggi vive nell'operosa Lombardia, ma lo fa con quel divertito distacco di chi è nato al Sud. Imitarlo un po' e non pensare solo 'a produrre' potrebbe essere un'idea.



Morello con i suoi cugini Vincenzo e Roberto Lizzi, anche loro pugili professionisti

**Ti diverti anche quando sali sul ring?**

*«Nella boxe, in quei momenti, c'è bisogno di esaltazione. Non è normale che due persone adulte salgano sul ring per darsi un sacco di botte come professionisti... Però lo facciamo. E allora io mi metto un bel sombrero in testa. E poi sono cresciuto con il mito di Jackass e Steve-O ed altri pazzi del genere. Dire la battuta giusta al momento giusto è importante, a me piace molto».*

**Il tuo soprannome, Spartan, come te lo sei scelto?**

*«In realtà mi ero scelto Sugar, il nickname dedicato a pugili tecnici come i mitici Ray Leonard e Ray Robinson. Durante un incontro all'estero, tutti gridavano Spartan, Spartan, forse perché somiglio al protagonista di 300, il film dedicato agli eroi delle Termopili... e ho accettato di buon grado».*

**In effetti ti sta proprio bene. Visto come sei a tuo agio con le parole, mi viene da chiederti che studi hai fatto.**

*«Non ne ho terminato neppure uno, dei miei studi. Sono quasi laureato in legge, nel senso che mi mancano tre esami. Prima, ho frequentato un istituto tecnico sperimentale. Mia madre però era professoressa di filosofia e le stavo vicino quando dava ripetizioni a casa, per cui qualcosa l'ho imparato per forza. Forse per questo in italiano ho sempre avuto voti molto alti. Ho poi studiato molto online, sia la SEO sia scienze motorie. In quest'ambito, ho seguito diversi corsi americani di alto livello, fino a diventare preparatore atletico».*

**Scommetto che leggi molto.**

*«In realtà leggere per me non è un piacere. Soffro di ADHD (Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività, NDR) e ho una soglia d'attenzione molto bassa. La mia estrema fame di sapere la sazio divorando audiolibri di filosofia, di sociologia...».*

**Quindi avevo ragione, leggi molto. Come ti sei avvicinato alla boxe?**

*«Grazie a mio padre, che era un pugile dilettante e mi portava in palestra fin da quando ero bambino. Ho sempre avuto un bellissimo rapporto con lui. Ad esempio, è stato anche lui, che ha scritto due libri, a farmi venire voglia di scrivere. Per scrivere un libro, poi, devi avere costanza e una grande motivazione».*

*Sei un pugile molto tecnico. Su che cosa basi i*



**tui allenamenti?**

«Faccio molto più ring che palestra. Valentino Rossi credo sia diventato un campione in moto, mica in palestra. Noi pugili, poi, abbiamo una grande fortuna. Ovvero non dobbiamo diventare il pugile più forte in assoluto. Dobbiamo 'solo' battere il nostro avversario, avversario che conosciamo mesi prima dell'incontro. Abbiamo il tempo di lavorare, tatticamente e tecnicamente, cercando sparring partner simili all'avversario, chi sotto il punto di vista fisico, chi sotto il punto di vista pugilistico. Ci sono pugili che dicono di lavorare solo su se stessi, di non considerare l'avversario. Se lo fanno davvero, non sono molto intelligenti, per usare un eufemismo».

**C'è qualcuno che ti segue e che ti allena o fai tutto da solo?**

«Sono sempre stato il maestro di me stesso. Certi pugili, quelli che lasciano ogni ragionamento ai loro Maestri, probabilmente vivono meglio di me, sono più sereni. Io invece, da sempre, dopo i miei match, analizzo da solo cosa ho fatto bene e in cosa invece dovrei migliorare. E' il mio modo di essere pugile».

**Quali sono i tuoi prossimi traguardi come pugile?**

«Come pugile, a 32 anni, l'età in cui molti si ritirano, sono ancora in crescita. Faccio match che non facevo prima, sono diventato veramente padrone del ring, sia a livello mentale sia fisico. Per questo spero di combattere presto a livello europeo. Non appena sarà possibile farlo con delle buone condizioni, lo farò».

**Sei molto forte sui social (oltre 55.000 follower solo su Instagram). Come le vedi le persone, in quel mondo?**

«Purtroppo sui social prevale quello che ho ribattezzato 'l'effetto Chihuahua'. L'animale più fastidioso, quello che ringhia e abbaia sempre, lo fa perché sa di essere debole e vive tutta la sua vita nella paura. Ci sono più

Chihuahua che alani, sui social. Succede perché il modello educativo occidentale è arrivato al collasso. E' giusto combattere la violenza, ma oggi combattiamo anche la forza, da cui derivano invece prima di tutto grandi responsabilità. Purtroppo esiste il male esiste, esistono le persone cattive e se invece di provare a fermarle ti giri dall'altra parte, spiani loro la strada. Mio nonno faceva il pescatore, mica il pugile. Eppure, se vedeva qualcosa di sbagliato, interveniva. Dovremmo farlo anche oggi».

(Lorenzo Tiezzi)



**DONIMA**  
IMMOBILIARE

VIA TORINO 18  
20021 BOLLATE (MI)

**VRI** IMPIANTI

www.vriimpianti.com

**Ottini**  
group s.r.l.

www.ottinigroup.it

**Acquacheta**  
Baccaria

tel. +39 0223713960  
8. Strada 17 - Inghilterra - Acquacheta - Milano.com  
Via Erodoto 3, 20126 Milano

# REVENGE NIGHT DA BRIVIDI

*Quella che prende vita il 5 luglio dalle 17:45 in poi a Milano, al Centro Pavesi, è una notte di rivincite ad alto tasso di show, come sempre quando organizza TAF. TAF sta per The Art of Fighting ma anche per l'arte di organizzare serate che mettano d'accordo sport, glamour, musica, divertimento e **TAF 10** promette molto bene. Dal vivo la boxe, quando la si gode in contesti di questo tipo, emoziona. Anche d'estate: il Centro Pavesi è dotato di aria condizionata, il che, con le temperature torride di questo periodo, è una garanzia di comfort per chi guarda e pure per chi ci sale e si gioca tutto tirando pugni.*

**Rivincite, dicevamo. Ben due degli incontri sono rematch molto attesi dai protagonisti e da tutti i veri appassionati.** Il main event della serata è ovviamente la rivincita tra **Mohamed 'Momo' Elmaghraby** (11-0) e **Stiven Leonetti Dredhaj** (12-4, 1 pareggio), semifinale per il titolo italiano. Chi vince infatti combatterà per la cintura d'Italia dei mediomassimi. Tra i due pugili scorre una rivalità vera, accentuata dalla vittoria controversa data ad Elmaghraby a marzo, che Leonetti vuole vendicare a qualsiasi costo. «Nel match precedente non mi sono piaciuto, so boxare meglio

*di così e sarò capace di farlo vedere»,* racconta Momo, che è già papà e ha un altro figlio in arrivo. Non è facile allenarsi almeno due ore al giorno dopo il lavoro, ecco perché anche i pugili professionisti, come i calciatori, spesso si sposano presto. «La famiglia ti dà tranquillità ma è anche una grande responsabilità», spiega Momo, che in conferenza stampa, due settimane esatte prima del match, è sembrato sicuro dei suoi mezzi, proprio come Leonetti Dredhaj del resto. Si combatte su 8 riprese, con un un peso leggermente superiore, 82 kg, rispetto al match precedente. «Non cambierà proprio niente», dicono entrambi i pugili.



**Altro rematch sarà quello tra Francesco Paparo (10-1, 1 pareggio) e Nicola Henchiri (11-8, 2 pareggi), co-main event con in palio il titolo italiano per la categoria Pesi Superpiuma.** A marzo, Paparo ha vinto per KO su Henchiri, sferrando gli ultimi colpi decisivi quando l'avversario aveva già il ginocchio a terra, per un eccesso di agonismo. L'arbitro non ha ravvisato irregolarità, e così Paparo è diventato campione tra le critiche. Una sfida che metterà un punto definitivo alla questione. Henchiri, pisano, come è logico non ha preso bene una sconfitta arrivata così e in conferenza stampa più di una volta è intervenuto per far sentire la sua voce. Paparo, che da vicino dimostra forse ancora meno dei suoi 24 anni, è stato l'unico tra i pugili a presentarsi con una bella camicia di lino e parla a bassa voce. Sarebbe però un errore scambiare la sua calma per debolezza. «*Quello che conta è far parlare il ring*», dice.

**Mentre scriviamo, ancora non si sa chi affronterà Valerio Mantovani (71,5 kg), visto che Francesco Russo ha dovuto dare forfait,** ma la card si completa con tanti altri incontri di livello. **Vincenzo Rizzi** incontra **Francesco Coppola** (6 riprese, 81 kg). Tra i due pugili c'è rispetto... e grande diversità caratteriale. Più estroverso Irish, di pochissime parole Coppola. Anche in questo caso il livello è alto, così come nel match precedente, un incontro tra veri 'picchiatori', sulla distanza di 6 riprese, 82,5 kg. **Paul Efiam** e **Booba Diouf** sono entrambi neri, entrambi hanno un fisico impressionante, ma per il resto non potrebbero essere più diversi. Paul sorride sempre sotto i baffi, sornione e divertito. Booba Diouf che si allena a Roma nella storica palestra Audace, in conferenza stampa ha parlato non poco, sempre a bassa voce, ma ha ripetuto più e più volte che si sente più forte di Efiam.



Francesco Paparo dopo una vittoria

Non è tutto: **Veronica Tosi** e **Cristina Garganese**, pesi gallo, combattono sulla distanza di 8 riprese. Leggete un'intervista alla prima a pag. 5. «*Sono una che picchia, attenti che la boxe femminile spesso propone match più belli di quella maschile*», racconta sorridendo. TAF 10 si apre con **Catalin Ioniescu** vs **Luca Veljovic** (Superpiuma, 6 riprese).

«*A maggio abbiamo segnato un grande sold out da quasi 2mila spettatori*», conclude **Edo Germani**, Founder di TAF. «*Vogliamo fare il bis prima di salutarci per l'estate, periodo in cui programmeremo un calendario da urlare che sveleremo da settembre in poi*».

Noi di **Invextra Magazine**, mentre ringraziamo TAF per i begli eventi che organizza, ringraziamo ancora di più chi paga il biglietto per partecipare e vedersi la boxe dal vivo, con i propri occhi. Noi la raccontiamo scrivendo, perché poi leggere di pugni fa sognare... ma non tutti. Fa sognare davvero chi il rumore che fa un pugno ben assestato se lo ricorda, perché l'ha sentito da vicino.

(Redazione Invextra Magazine)

LEADER NELLA COSTRUZIONE  
**DI SKID E APPARECCHI PER**  
IMPIANTI CHIMICI E PETROLCHIMICI.

**WWW.CAMPITELLISRL.EU**



**TRANSCO**

Relax, we deliver.

**WWW.JOBS.TRANSCO.EU**



# PAOLO BOLOGNA, tra boxe e calcio storico

«Sul ring sei solo, quando gioco al calcio in costume (il calcio storico fiorentino, NDR) con gli Azzurri di Santa Maria Novella invece faccio parte di una squadra. Per i miei compagni mi butterei nel fuoco. Se ne vedo uno in difficoltà, se lo mettono in mezzo, mi butto. Come va va. Prendere una puntata (cazzotto, NDR) non mi spaventa. Non mi giro dall'altra parte, non ci riesco».

Sentiamo **Paolo Bologna** poche ore prima della semifinale ei suoi Azzurri contro i Rossi. Parliamo ovviamente di Calcio Fiorentino. Paolo sta andando a tagliarsi i capelli con gli altri calcianti. E' gentile e racconta volentieri la sua seconda passione sportiva, ma un briciolo di tensione si sente. O forse no. «In realtà con la squadra la senti molto meno, prima degli incontri è diverso», spiega Paolo.

**Chiunque vorrebbe avere in squadra un guerriero come Bologna.** E' stato capace di battere come un leone, nel marzo scorso, con Damiano Falcinelli per il titolo italiano Superwelter. In quel caso fu un pareggio, seguito da sorrisi, abbracci e foto con i rispettivi figli in braccio. E' certo, i due si incontreranno di nuovo e saranno di nuovo botte... date però sempre in modo corretto.

**Quali sono i ruoli nel calcio storico? E come si segnano i punti?**

«Il punto si chiama e caccia si segna portando il pallone in caccia, in una zona specifica. Se il pallone viene lanciato oltre viene assegnata mezza caccia alla squadra avversaria, per cui non conviene tirare in avanti a caso. Nel calcio in costume ci sono ruoli ben distinti. C'è chi deve pensare quasi solo a picchiare e ad annullare gli avversari e chi invece prova a portare



[instagram.com/bolognapaolo](https://www.instagram.com/bolognapaolo)

la palla in caccia. Poi è ovvio, sia il portatore di palla sia il picchiatore devono sia saper fermare un calciante, sia portare un po' la palla».

**Quanto conta in questo sport la tua preparazione atletica, senz'altro notevole?**

«Conta, certo, ma nel calcio in costume ci sono lunghe pause. I picchiatori a volte si annullano l'un l'altro. Quello che serve è immobilizzare il tuo avversario e non farti male, perché non ci sono sostituzioni. Si gioca 27 contro 27 e se perdi tre o quattro calcianti per infortunio vincere diventa difficile. Vinci quando riesci a giocare tutti insieme, sempre, con i ragazzi del quartiere. Gioco da quando avevo 18 anni e ora ne ho 28. A smettere non ci penso proprio».

(Jacopo Neri)

**Gruppo Dahshan S.R.L.**  
Leader nel settore delle costruzioni e delle ristrutturazioni!  
[www.gruppodahshansrl.it](http://www.gruppodahshansrl.it)

**IL CONDOR**  
di Gentil Marta  
VIA MONTE ROSA INT.5 19/A. 22040, CANTÙ

**RA**  
CONSULTING  
Via Ariberto 21, Milano

Solutions in the Oil & Gas Industries  
**MB**  
SOLUTION



# LONDON RULES, COSÌ NACQUE LA BOXE

Le regole del **London Prize Ring Rules of Boxing**, stabilite per la prima volta nel 1838, hanno regolato la boxe per qualche decennio, basandosi sulle precedenti **Broughton Rules**. Furono poi sostituite dalle **Marquess of Queensberry Rules** del 1867, che sono considerate la base della boxe moderna.

**In generale, quasi 200 anni fa, boxare era infinitamente più pericoloso di oggi.** Si combatteva a mani nude oppure con fasce di cuoio che proteggevano le mani, ad esempio. Queste prime regolamentazioni sono comunque un tentativo importante di rendere la boxe un vero sport, una nobile arte e non solo un intrattenimento da fiera. Non è un caso che il pugilato come sport nasca in Inghilterra, una nazione allora molto potente che dette vita, ad esempio, pure al calcio.

**Le London Prize Ring Rules definivano innanzitutto il ring come un quadrato di 24 piedi (7,3 metri)** circondato da pali e corde, lo svolgimento del combattimento ed il ruolo dei secondi e dei "portatori di bottiglie". C'era lo "scratch", il centro ring ed erano già vietati falli come calci, colpi agli occhi e colpi sotto la cintura.

**Non c'erano però le riprese.** Dopo ogni knock-down, veniva concesso un periodo di riposo di 30 secondi, seguito da 8 secondi per tornare al segno, lo scratch al centro del ring. Chi non riusciva a farlo era sconfitto. I secondi e i portabottiglie dovevano poi mantenere un comportamento professionale e non interferire con l'incontro parlando con l'avversario. Si poteva già gettare la spugna: i secondi avevano infatti la possibilità di interrompere l'incontro.

**Era ovviamente già considerato un fallo mordere, colpire gli occhi e strappare la carne.** Era anche già vietato cadere deliberatamente su un avversario a terra. Era inoltre vietato colpire con l'avversario utilizzando le corde come leva.

**Ogni angolo aveva poi aree designate per i secondi e i portabottiglie.** Gettarsi deliberatamente a terra era già considerato un fallo ed un pugile seduto sulle ginocchia era già considerato a terra.

**E per qualche riguarda i premi?** Le London Prize Ring Rules stabilivano infine che al vincitore fosse consegnato una parte di quanto incassato grazie alle scommesse. Due arbitri scelti tra il pubblico decidevano poi per tutti in caso ogni disaccordo. Un terzo entrava in gioco solo quando i primi due non risolvevano le controversie.

(Jacopo Neri)



**S.D.M Srl**

TEL: 0295546453  
VIA PIOLA 19 - 20833 GHISSANO (MB)

**KINENS**  
CORRADO COZZI & SOCI

www.kinens.it

**EM** IL MESTIERE DEL LEGNO

CONTRATTI  
TEL. 02.20799011 (ORARI: 9.00-18.00) VIA SANTI VESPAZIANO, 205 - 20124 MILANO (MI)

**PAVIA STIME**

ESTIMO AUTOMOBILISTICO E VALUTAZIONI VEICOLI D'EPOCA E D'INTERESSE STORICO COLLEZIONISTICO

**GEOM. FABIO OSTÈ**  
Tel 347.97.053.64 / 0382.57.29.09



EB GROUP  
consulting

**SOLUZIONI ENERGETICHE SU MISURA,  
QUALITÀ IMBATTIBILE A COSTI RIDOTTI!**

La nostra Agenzia offre consulenza energetica personalizzata, servendo 10.000 condomini con servizi high quality low cost e vantaggi imbattibili

info@ebgroupconsulting.com | 03 99400576 | Via Mattei 12, Ronco Briantino (MB)

[www.ebgroupconsulting.com](http://www.ebgroupconsulting.com)

**VIVI IL TUO SOGNO A 4 RUOTE**

*Noleggio e vendita di auto di lusso!*



**STZauto**  
SALES & LUXURY RENT

info@stzauto.com | +39 3349848407  
Viale delle Rimembranze di Greco, 10, 20125 Milano MI

# USYK DUBOIS

## CHI SARÀ IL RE DEI MASSIMI?

L'evento dell'estate 2025 per chi ama la boxe prende vita il 19 luglio a Londra, allo stadio di **Wembley**, un tempio dello sport in cui giocano solo le nazionali inglesi. Mica misere squadre di club. Si sfidano, ancora, **Oleksandr Usyk** e **Daniel Dubois**, ovviamente per i pesi massimi, in una rivincita che non può che essere molto attesa.

### L'incontro dell'anno prende vita in Gran Bretagna, dove la nobile arte spinge forte.

Non da oggi. Chi crede che il team TAF sogni troppo in grande quando programma sempre più eventi e sempre più grandi, sbaglia. La boxe a Wembley, oggi, è di casa. Qui hanno combattuto pure Anthony Joshua e lo stesso Daniel Dubois, il 21 settembre dello scorso anno, con Dubois che ha conquistato il titolo IBF via KO al 5° round, davanti a 96.000 spettatori. E prima, qui si sono sfidati Tyson Fury e Dillian Whyte, lo scorso 23 aprile 2022, davanti a 94.000 spettatori.

### E quindi, anche se i Paesi Arabi con la loro infinita disponibilità di denaro, richiamano pugili e grandi eventi, viene da pensare che anche da noi basterebbe un Sinner, una superstar, per far crescere tutto il movimento.

Chi l'avrebbe detto, dieci anni fa, che l'Italia sarebbe stata una corazzata del tennis, femminile e maschile? E succedesse, chissà, la stessa cosa anche con il pugilato, con pugili come Kogasso o Diego Lenzi? Sia chiaro, sono solo

ipotesi, che scriviamo a bassa voce, anche non portare sfortuna a pugili che sembrano avere davanti a sé un grande avvenire.

**E intanto, chi sono Oleksandr Usyk e Daniel Dubois?** Cominciamo a dire che è un Mondiale vero, mette in palio tutte e quattro le cinture major. Usyk porta in gara la cintura WBA (Super), WBC, WBO e il riconoscimento Ring Champion, mentre Dubois è detentore della cintura IBF.

### Oleksandr Usyk, classe 1987 (38 anni) non parla bene inglese e ha la faccia da cattivo.

Il suo modo di boxare unisce l'eleganza tecnica alla disciplina ferrea di chi ha forgiato il proprio destino nell'ombra. Ucraino, oro olimpico, vive lontano dai riflettori, legato alla sua terra e alla famiglia. Allenamenti intensi, stile di vita sobrio, pochissime concessioni al glamour; tutto in lui parla di rigore e concentrazione. Sul ring è un maestro del movimento, leggero sui piedi come un medio, ma preciso e potente. Usa angoli impossibili, sfianca l'avversario con intelligenza. La sua boxe è fatta di studio e ritmo, una danza di pressione mentale e fisica. Dietro il volto sempre serio, si nasconde una mente strategica che non sottovaluta mai nessuno.



CONTATTI:  
TEL: +39 02 852 0711  
INFO@ASSETTOCORSA.IT

ASSETTO  
CORSA

LD  
GLASSBERRY  
FASTENERS

- Inserti autoagiaccenti, Rivetti
- Puntini Rivettati e a cedere
- Manichette di allungamento

www.lfasteners.com | +39 02 39483329  
Via Galizia 1 - 20097 Paderno Dugnano (Milano)

TAC  
COMUNICAZIONE

- ✓ Ufficio Stampa
- ✓ Relazioni Pubbliche digitali e tradizionali

Tel: +39 02 48517618  
VIA ARIBERTO, 25 - 20123 MILANO

2020  
IMMOBILIARE

Tel: 02 39626128  
Email: 2020immobiliaresti@gmail.com  
Via IV Novembre 92, 20021 Bollate (MI)

«Quello che è successo nel mio primo incontro con Dubois è il passato, non conta molto. Quello che conta davvero sono il presente ed il futuro, che sono un dono», dice Usyk. «Forse c'è stato un flash che ha accecato il mio avversario, non lo so e non mi interessa. I giudici mi hanno assegnato la vittoria e Daniel dice di aver vinto... Va bene, tanto ho vinto io. E soprattutto, adesso combattiamo di nuovo. Ho ancora due incontri veri nel cuore e nella mente prima di ritirarmi. C'è tempo. E il primo è quello del 19 luglio contro Dubois».

**Daniel 'Dynamite' Dubois è l'antitesi di Usyk? Solo in parte.** Giovane (compie 28 anni a settembre '25) esplosivo e affamato, non è certo uno sbruffone. Tutt'altro. Inglese, cresciuto nella periferia londinese, ha trovato nella boxe non solo una disciplina ma una via di fuga. Introverso, pure lui parla poco e picchia forte. Lo stile di vita di Dubois si riflette la sua indole da guerriero silenzioso. Poche apparizioni mondane, molta palestra, ancora più concentrazione. Sul ring è potenza pura: jab granitico, montante feroce, aggressività costante. Non cerca la perfezione stilistica, ma il colpo risolutivo, il KO liberatorio. Se Usyk è scacchi, Dubois è boxe da strada portata all'élite: diretta, brutale, senza troppi giri di parole.



**Vestito come si deve, in giacca, camicia bianca e cravatta panna, Dubois ha presentato l'incontro ai media internazionali durante un pranzo di gala, un mese circa prima del match.** «Questo pranzo è uno sgarro, non me ne posso permettere spesso», ha detto. «Mi sento molto bene, a livello fisico e mentale. L'incontro con Usyk sarà un evento di portata mondiale, che conta moltissimo. Sarà emozionante, certo ma con mio padre Dave e il mio team saremo pronti a gestire ogni pressione». Ovviamente le motivazioni non gli mancano. «Darò tutto quello che ho, un incontro di questo livello significa il coronamento di una carriera. Certo, proverò pure a buttarlo giù con un KO (in carriera ne ha messi a segno ben 21, NDR). Usyk è uno dei migliori del mondo, ma il leone più giovane e più forte adesso sono. E lo dimostrerò».

(Jacopo Neri)

**Ristrutturazioni senza stress: qualità, precisione, affidabilità.**



**Edil Femar S.r.l.**  
IMPIRESA DI COSTRUZIONI

[www.edilfemar.it](http://www.edilfemar.it)



**NUOVA CARROZZERIA SESTESE**  
Address: Caronno (SO) 3991 - 14891

**CONTATTE**  
Email: info@carrozzeria.it  
Telefono: 02 2602.3045



**+39 02 8126 5888**  
Via Polveriera, 41, Novate Milanese MI



**ZF RENT SRL**  
SERVIZIO DI NOLEGGIO

**CONTATTI**  
Email: zf.rent1@gmail.com  
Via Silvio Pellico 16 - 22060 Cabiate (CO)

## APPARATI MOTOROLA IN OFFERTA PROMOZIONALE



**MOTOROLA R2**



**MOTOROLA R2**



**MOTOROLA R2**



**MOTOROLA R2**

# BOXE D'ESTATE? SI PUÒ... TENENDO SOTTO CONTROLLO IL BATTITO

*Fare boxe o semplicemente pre-pugilistica durante i mesi estivi può diventare una sfida tanto fisica quanto mentale. Le alte temperature mettono alla prova il corpo, aumentano il rischio di disidratazione, cali di pressione e colpi di calore. Ma con le giuste strategie, è possibile mantenere (o addirittura migliorare) la propria condizione atletica anche quando sul ring fa davvero caldo*

**Non ci sono strategie perfette per allenarsi in sicurezza con il caldo.** Anche quello di allenarsi all'ombra o in ambienti ben ventilati è un consiglio francamente inutile. Se in palestra fa caldo, la risposta giusta è allenarsi lo stesso, **ovviamente ascoltando il nostro cuore**, che con le alte temperature tende a battere più velocemente. È importante ascoltare il proprio corpo e sapersi fermare se si avvertono capogiri, nausea o battito accelerato.

**L'idratazione è invece davvero una regola d'oro:** bere prima, durante e dopo l'allenamento è essenziale per evitare cali di prestazione e rischi per la salute. Bisogna integrare poi sempre con bevande saline, se ci allena più di mezz'ora. Se possibile, sì a sessioni più brevi ma intense, eventualmente ripetute durante la giornata. Meglio ridurre la durata e aumentare la qualità.

**No a pesi eccessivi, lavori troppo lunghi o sparring in condizioni estreme.** Il caldo altera la percezione della fatica e può rendere difficile mantenere la concentrazione, fondamentale negli sport da combattimento.

**Cosa fanno i professionisti?** Chi fa sport ad alto livello sa sempre quando fermarsi ed è seguito da nutrizionisti, preparatori atletici e medici sportivi. Cura maniacalmente l'alimentazione, l'idratazione e il recupero. Quest'ultimo conta quando l'allenamento, anche d'estate, così come il sonno.

**Possiamo prendere esempio dalla disciplina e dalla costanza dei pro**, ma non dobbiamo cadere nella trappola dell'emulazione. Gli atleti d'élite hanno una struttura professionale alle spalle e sono semplicemente più bravi e molto più portati degli amatori.

**D'estate, anche con 45 gradi all'ombra, possiamo poi lavorare molto sulla tecnica**, che troppo spesso trascuriamo. Pugili come **Dario Morello**, tra i pugili italiani più 'tecnici' tra quelli in attività oggi, non sono semplicemente più dotati. Lavorano sulla tecnica tutto l'anno, ogni giorno. Possiamo farlo anche noi, almeno d'estate.

(Jacopo Neri)




**SIGMA**  
AUTOMAZIONE  
ELETTRONICA  
ELETTRONICA  
AUTOMAZIONE INDUSTRIALE

02 3533486



**TECNOS**  
TAGLI E SALDATURE

LAVORAZIONI DI LAMIERE IN ACCIAIO E IN ALTRI METALLI

[WWW.TECNOSLAMIERE.IT](http://WWW.TECNOSLAMIERE.IT)

GRUPPO  
**SicurCOND**

GLI SPECIALISTI  
DELLE **INFILTRAZIONI**

[WWW.SICURCOND.IT](http://WWW.SICURCOND.IT)



**CEAR**

**Soluzioni**  
elettroniche

[WWW.CEARSISTEMI.IT](http://WWW.CEARSISTEMI.IT)



AUTHENTIC DATA SRLS

**FAI CRESCERE  
LA TUA AZIENDA!**

**Via Boezio, 92 - 00193 Roma (RM)**

**INVEXTRA MAGAZINE**

Testata giornalistica su autorizzazione del  
Tribunale di Milano n.8118 del 09/06/2022

**Direttore responsabile**  
Lorenzo Tiezzi

**Hanno collaborato:** Jacopo Neri,  
Paola Rubini, Arianna Andriani

**Responsabile grafico**  
Matteo Bernaroli

**Social e Comunicazione**  
FB Communication Agency

**Contatti**

+ 39 388 982 7924  
redazione@invextramagazine.com  
www.invextramagazine.com