

TAF 8

I match
in programma

pag.12

BOXE ITALIANA

Il pugilato
tricolore
cresce... e
vince

pag.5



RACCONTI DI BOXE

Niccolò Pavesi,
la voce italiana
del pugilato

pag.18

GOSSIP & RING

Morello, Brancale
Tony Effe o
Canalis?

pag.6



N.37 Special Edition
marzo 2025



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

INVEXTRA NEWS



The Art of Fighting

TAF 8 porta la grande boxe italiana a Milano

www.invextramagazine.com

GRANDI EVENTI

Edo Germani,
dalla passione
per la boxe al
successo di TAF

pag.10



PUGNI & BUSINESS

Conor McGregor,
tra soap e realtà

pag.9



WELLNESS & SPORT

Allenati e mangia
come un pugile

pag.22-23





**CERCHI VISIBILITÀ? CRYSSAEDEN TI PORTA
DRITTO AL CENTRO DELLA SCENA.
È IL TUO PARTNER IN OGNI FIERA,
CON GADGET CHE LASCIANO IL SEGNO,
EVENTI ESCLUSIVI, NETWORKING SENZA PARI.**

CON CRYSSAEDEN FAI PARLARE DI TE



VIA BOVISASCA, 24/26 - 20026 NOVATE MILANESE - +39 02 66267110
INFO@CRYSSAEDEN.COM - CRYSSAEDEN.COM

Invextra Magazine racconta la grande boxe italiana di TAF



«Ciao ragazzi, come state? Guardate che dobbiamo fare un numero speciale di **Invextra Magazine** dedicato alla boxe. Il 15 marzo a Milano c'è questo grande evento, **The Art of Fighting 8** e ho chiuso una bella collaborazione, ci credo davvero molto. Ce la facciamo, vero?».

Quando **Alessandro Bucco**, l'editore del giornale che stai leggendo, arriva con una nuova idea, è difficile dirgli di no. Non è una questione di lavoro. E' che il suo entusiasmo è contagioso. E poi, quasi tutti noi del team Invextra, siamo veri appassionati di sport. Lo facciamo, ognuno al suo livello, non lo guardiamo solo da spettatori soltanto. Fare sport migliora la vita anche quando non si vince niente. E perché quindi non buttarsi in questa nuova avventura? Non tutti siamo fatti per essere **campioni del ring**, ma ogni giorno tutti dobbiamo combattere, c'è poco da fare. Imparare a schivare

e tirare colpi da chi lo fa ad alto livello non può non essere una buona idea. Anche perché la **boxe professionistica** in Italia è in decisa crescita, proprio grazie a **TAF** (The Art of Fighting). C'è quindi probabilmente spazio per chi ha voglia di raccontare questo movimento anche ad un pubblico più ampio, come già sta facendo da anni il giornalista **Niccolò Pavesi**, la voce del pugilato italiano (trovate qui una sua bella intervista). «Sono abbonato a tante riviste internazionali, una italiana credo proprio potrebbe avere successo», spiega **Edoardo Germani**, il fondatore di TAF, uno che a soli 32 anni è già un organizzatore di livello assoluto. Leggete qui anche una sua intervista. Ci presenta in particolare TAF 8, l'evento del 15 marzo all'Allianz Cloud di Milano. Non solo: la boxe oggi è 'cool', proprio come **Tony Effe**, che la pratica. E' uno sport legato all'hip hop e alla trap, perché rapper e pugili hanno tante cose in comune. Ad esempio, paradossalmente, la calma e la capacità di colpire avversari e pubblico dove meno se l'aspettano, come ci ha detto **Mondo Marcio**, nell'ennesima intervista di questo speciale. Nella ultime pagine trovate qualche spunto su come si allenano e su come mangiano i pugili, ma il cuore di questo giornale presenta gli incontri di **TAF 8**. Sono match di alto livello, quattro hanno in palio titoli e i pugili sono tutti italiani. Sarà un show di livello assoluto. Chi avrà voglia di guardare bene, si accorgerà poi che la boxe è uno sport individuale, in cui però i team a bordo ring contano quasi quanto i protagonisti. Consigli, sorrisi, a volte urla: quando si vuol vincere, provare a farlo insieme è logico. Proviamo a farlo anche noi, da queste pagine

(Lorenzo Tiezzi)

AUTOFFICINA GIULIANI SRL
Tel. +39 039 2180109
Email: info@autoficinagiuliani.it
Via Erupide 30, Agrate Brianza (MB)
www.autoficinagiuliani.it

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

CEAR
**Soluzioni
elettriche**
www.cearsistemi.it

nuovalario
Soluzioni per
l'ambiente
www.nuovalario.it

BARONE SERVICE

I NOSTRI VALORI

IL CLIENTE PRIMA DI TUTTO:

studiamo le nostre risposte a misura del cliente, offrendo un servizio personalizzato che risponda a pieno alle sue esigenze, ascoltando e consigliando il cliente stesso!

I PUNTI DI FORZA

- La stessa partita IVA da oltre 18 anni
- Operiamo esclusivamente con personale assunto direttamente
- Non subappaltiamo commesse
- Non facciamo parte di nessun consorzio
- Abbiamo clienti consolidati
- Abbiamo dipendenti fidelizzati
- Eccellente rating bancario

"PRETENDIAMO LE COSE BEN FATTE"



I NOSTRI SERVIZI:

- ***Servizi di pulizie***
- ***Servizi di facchinaggio***
- ***Gestione eventi***
- ***Servizi di sicurezza***



📍 Via Carlo Pisacane, 22, Milano

☎ 02 39400681 / 338 3687562

✉ info@baroneservice.it

🌐 www.baroneservice.it

La boxe italiana cresce... e vince

Alle Olimpiadi di Parigi 2024 la boxe italiana non è riuscita a raggiungere l'obiettivo che tutti sognano. Purtroppo infatti nessun pugile è riuscito a far suonare l'inno di Mameli vincendo l'Oro. Non c'è stata neppure una medaglia, come invece era successo a Tokyo nel 2021 con il bel bronzo di **Irma Testa**. Come i veri appassionati di sport fanno, però, è un errore contare soltanto le medaglie. Si sbaglia di grosso chi pensa che la Nobile Arte, in Italia, oggi, sia in crisi. Ad esempio, nel pugilato professionistico, **Dario Morello** ha difeso con successo il titolo WBC Mediterranean dei pesi medi. E i praticanti sono sempre di più, attirati da un ambiente in cui lo sport è davvero legato ai valori. «*La condizione di salute della boxe italiana è straordinaria*», ha detto qualche tempo fa **Flavio D'Ambrosi**, appena riconfermato presidente della Federazione Pugilistica Italiana al Corriere della Sera. «*Abbiamo registrato una grande crescita sia dal punto di vista quantitativo, sia qualitativo. Al 31 dicembre 2023 abbiamo 1081 società affiliate, un record, e abbiamo superato i 72mila tesserati*». Sono numeri davvero importanti, se si pensa che i tesserati, in un solo anno, dal 2022 al 2023, sono cresciuti di 12.000 unità. La boxe non serve solo a chi cresce in un contesto difficile per gestire la propria aggressività. Piace perché può essere praticata già a partire dai sette anni. Si tratta di una disciplina completa che aiuta i più giovani a sviluppare impegno, coordinazione e a gestire lo stress e le emozioni. Nella boxe l'allenatore ha un nome bello e antico, **Maestro** e i giovani pugili lo ascoltano anche quando parla di vita, non solo di come schivare o tirare pugni. Un gran bel modo per avvicinarsi alla boxe è **Sparring lo**, un progetto promosso da FPI. E', in pratica, una formula di allenamento che prevede uno sparring controllato, senza colpi portati con forza, con l'obiettivo di sviluppare tecnica, velocità, coordinazione e strategia, evitando il rischio di infortuni. Questo approccio permette di godere dei benefici della boxe, come il miglioramento della forma fisica e della gestione dello stress, in un ambiente sicuro e regolamentato. E siccome partecipare è bello, ma vincere di più... i giovani Allievi possono competere.

Prima a livello regionale suddivisi in tre categorie di peso: fino a 40 kg, da 40,1 kg a 50 kg e oltre 50 kg e poi a livello nazionale. I confronti si svolgono sulla distanza di tre riprese da un minuto ciascuna, con un minuto di recupero tra una ripresa e l'altra.

(Jacopo Neri)



SOCIAL E DINTORNI

Gossip, trap & ring, che passione!

Le pagine patinate delle riviste di gossip qualche anno fa erano dominate da coppie formate da calciatori & Veline. Certo, star del football e influencer d'ogni tipo continuano ad essere al centro della scena, ma tra sport e spettacolo ci sono anche altri protagonisti, più vicini al ring, alla boxe, agli sport di combattimento... e pure a **Sanremo**. **Tony Effe**, superstar della scena trap e del gossip, spesso dichiara di amare la boxe almeno quanto la musica ed è stato recentemente protagonista di una importante campagna di un brand americano. Perché oltre a rappare a far parlare di sé, Tony tira davvero di boxe e si allena duramente.



www.instagram.com/tonyeffebaby777/



www.instagram.com/dario_spartan_morello/

Restando a Sanremo, nel video della sua "Anema e core", la canzone che **Serena Brancale** ha interpretato all'Ariston, si fanno notare intensi momenti di boxe. Ne è protagonista il fidanzato di Serena, il già citato **Dario Morello**, campione WBC Mediterraneo dei pesi medi. «*Quante emozioni, quanto orgoglio. È assurdo come fare a cazzotti contro un brutto fisico e cattivo mi crei meno tensione che l'attesa della prima nota che emetti nella performance più importante della tua vita*», ha scritto sui social Morello. Insieme sono proprio una bella coppia. E se lui si social scherza sulla somiglianza tra Brancale e **Paola Barale** («*Non avrei mai pensato di fare un viaggio intero di fianco a Paola Barale*»), lei gli risponde a tono («*È inutile che fai il simpatico quando vorresti scrivere che mi ami da impazzire. By Paola Barale*»). Sono entrambi estroversi e bravi a comunicare sport e musica. Morello, in particolare, si fa notare anche per il suo trash talking, ovvero con la voglia di fare notizia provocando i suoi avversari prima dei match. Ma li accomuna soprattutto l'essere davvero bravi in ciò che fanno: Serena ha studiato canto jazz al Conservatorio, mentre Dario è un pugile dalla tecnica eccellente. Chiudiamo con **Elisabetta Canalis**, amatissima come testimonial proprio perché si tiene in forma facendo kickboxing ad un ottimo livello. A volte addirittura combatte sul ring, seguita da Angelo Valente, coach e vero campione. «*Fare kickboxing per me significa equilibrio, stabilità*», spiega. «*E vuol dire anche tanto sudore. Mi alleno costantemente da tempo e amo questa disciplina perché richiede, oltre allo sforzo fisico, tanta concentrazione su se stessi e anche sull'avversario*».

(Jacopo Neri)



Manutenzione stabili e servizi per il condominio



Tel: +39 02 55302912
Piazza Castello n.2 - 20121 Milano



Studio Medico Bassani

Tel: +39 02 76021267 | Cell: +39 375 7144478
E-mail: info@studiodiobassani.it
Viale Luigi Majno 11 - 20122 Milano (MI)



www.vialibraspa.it



DUERRE
COSTRUZIONI EDIFICI

VIA LIBERTA' 15-20863 DIASSONO (MB)



Galdram
Drum as should be done

Galdram
Fusti Metallici

Leader nel settore industriale dell'imballo.

www.galdram.com



TRANSCO

Relax, we deliver.

WWW.JOBS.TRANSCO.EU

DAZI MILANO

**Affitta la tua location esclusiva
per il Salone del Mobile a Milano,
in Piazza Sempione, all' Arco della Pace.**

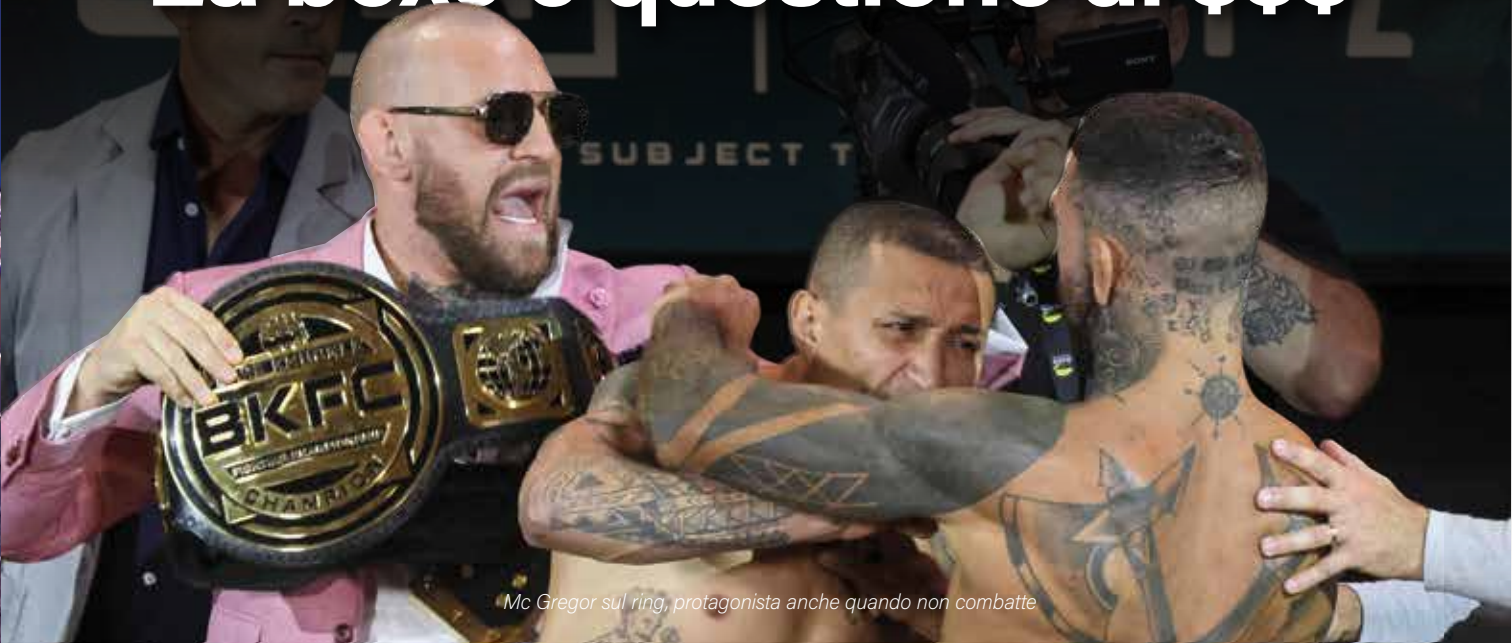
*Spazi moderni, vista mozzafiato e posizione
strategica per un evento indimenticabile.
Non perdere questa occasione unica!*

CONTATTI:

+39 347 1508613 | info@dazimilano.com
Piazza Sempione 1, Milano

www.dazimilano.com

Beterbiev, Usyk o McGregor? La boxe è questione di \$\$\$



Mc Gregor sul ring, protagonista anche quando non combatte

Lo sport non fa solo bene, serve anche all'economia. Il rapporto **Sport 2024** dell'Istituto per il Credito Sportivo dice che solo in Italia questo settore vale ben 25 miliardi, ovvero l'1,38% del PIL. Sono un valore ed una percentuale notevole, sempre in crescita. E' difficile calcolare l'impatto sull'economica globale della **boxe** e di tutti gli altri sport di combattimento, ma è certo che sia sempre più importante. Dopo un periodo in cui di pugilato era forse uscito dai riflettori, grazie a personaggi come **Canelo Alvarez** o **Gervonta Davis**, guantoni e ring sono tornati al centro della scena. E' in notevole crescita anche il **pugilato femminile**, anche se alle Olimpiadi di Parigi si è parlato più di polemiche che di pugni, per via dei livelli troppo alti di testosterone di **Imane Khelif**. Non c'è da preoccuparsi. Come i pugili maestri di trash talking insegnano (*tra gli italiani eccelle senz'altro Diego Lenzi, bravissimo a raccontarsi sui social e non solo. Alla conferenza stampa di TAF 8 ha detto che il 15 marzo all'Allianz Cloud di Milano ridurrà Andrea Pesce «come una scatoletta di tonno»*), conta prima di tutto che di uno sport si parli. Anche gossip e chiacchiere servono al settore, eccome. Tra le star del ring più amate al mondo c'è senza dubbio l'ucraino Oleksandr Oleksandrovych **Usyk**. Classe 1987, è campione del mondo dei pesi

massimi WBC, WBA (Super), WBO e IBO. Da dilettante nel 2012 ha vinto l'Oro Olimpico... e come quasi tutte le star dello sport subisce il fascino dei (petro) dollari dei Paesi Arabi. E' appena a vedere un match dell'**Al Nassr**, la squadra di Ronaldo. Uno altro dei protagonisti della scena pugilistica è poi il russo **Artur Beterbiev**, mediomassimo, campione del mondo WBC, IBF e WBO. Ha un record davvero importante: ha vinto tutti i suoi incontri per K.O. Per questo è considerato uno dei pugili di riferimento della sua generazione. Senz'altro bravo a far parlare di sé, tra risse, foto e video di famiglia con moglie e figli, è senz'altro **Conor McGregor** (*46 milioni di follower su Instagram*), che porta come 'partner ufficiale' il 26 aprile '25 in Italia un evento firmato BKFC. Al Pala Wannu di Firenze Conor non combatte, ma il suo nome serve a lanciare uno sport che non ha certo la tradizione del pugilato. Proprio come pugile, forse, McGregor combatterà presto contro **Logan Paul** in India, in un evento in cui entrambi i pugili intascheranno 250 milioni di dollari. La proposta sembra sia arrivata dalla ricchissima famiglia **Ambani**. Con McGregor soap e realtà si mescolano spesso, per cui vedremo.

(Jacopo Neri)

EDO GERMANI: «LA BOXE TI CAMBIA LA VITA»

Ad appena 32 anni **Edoardo Germani**, per gli amici semplicemente Edo, è già un affermato organizzatore nel mondo del pugilato. **TAF 8**, il 15 marzo all'Allianz Cloud di Milano, arriva dopo altri 7 eventi di successo creati con la sua **The Art Of Fighting**. Quelli raggiunti da Germani sono risultati davvero importanti. Se non è poi così strano trovare un manager musicale italiano di successo di 32 anni (tra concerti e streaming l'industria della musica in Italia è in boom), lui ha avuto grande successo in un settore che era in vera difficoltà. «L'unico consiglio che mi sento di dare a chi ha voglia di entrare in questo mondo è quello di metterci passione», racconta Edo. «Siate innamorati follemente, un po' pazzi e rischiate. Poi risultati arrivano. Quando si crede davvero in qualcosa si diventa contagiosi». Atleta di buon livello in tanti sport, Edo prima di mettersi ad organizzare incontri ha anche tirato di boxe come dilettante togliendosi diverse soddisfazioni.

Come hai iniziato ad organizzare incontri?

Sono entrato per caso in una palestra e pian piano, grazie al Maestro Leva, il mio primo vero Maestro, la mia vita è cambiata. Perché il maestro è una guida, anche al di fuori del ring.

TAF ha rimesso la boxe professionistica italiana al centro della scena.

*Siamo partiti in un momento storico in cui il pugilato professionistico italiano era forse al livello più basso degli ultimi trent'anni. Molti atleti preferivano restare dilettanti a lungo, perché il salto nel professionismo offriva più incognite che opportunità. TAF è nata perché vedevo invece grandi potenzialità nel massimo livello di questo sport. Oggi iniziamo a toglierci qualche piccola soddisfazione. Ad esempio, la collaborazione con **Mediaset** (che trasmette alcuni degli incontri di TAF 8 sul 20, NDR) credo possa aiutare il pugilato italiano a tornare al centro della scena sportiva.*

Come siete arrivati ad organizzare tanti eventi di successo?

Siamo partiti da tre pilastri, in cui crediamo da sempre: prima di tutto, proponiamo sempre match credibili. Poi trasformiamo ogni nostro evento in un vero show, che sia interessante anche per chi si avvicina per la prima volta al pugilato. Infine, facciamo un grande lavoro di comunicazione a 360 gradi, 365 giorni l'anno.

Cos'è che vi piace raccontare?

Non vogliamo dare importanza soltanto ai match, ma anche a tutto quello che succede prima di arrivare all'incontro, che poi diventa la ciliegina sulla torta. Se ci pensiamo bene, Mohamed Ali è stato il primo 'trash talker' della storia, nel senso che è stato bravissimo a catturare l'attenzione su ciò che diceva e faceva fuori del ring e poi a confermarsi come grande pugile. Anche oggi i pugili non solo devono essere bravi con a combattere. Devono anche essere capaci di catturare l'attenzione del pubblico.



DONIMA
IMMOBILIARE

VIA TORINO 18
20021 BOLLATE (MI)



VRI IMPIANTI

www.vriimpianti.com



Ottini
group s.p.a.

www.ottinigroup.it



Acquacheta
BOUTIQUE

Tel. +39 0226113960
E-Mail: info@acquacheta.milano.com
Via Fontana 11, 20126 Milano

E' vero, conta che si parli anche dei personaggi, non solo dello sport. E poi, il pugilato, ad alto livello, è uno sport davvero spettacolare. I ritmi sono veloci, può sempre succedere qualcosa, dal primo all'ultimo istante. Ci si può fare male, ma ci sono regole precise.

Il pugilato può aiutare chiunque, nel senso è l'unico sport che aiuta sia il bullo sia chi viene bullizzato. E' uno sport molto duro, non uno sport violento. Ogni atleta ha la sua storia diversa e noi siamo qui per raccontarle, così chiunque può immedesimarsi nel suo pugile preferito ed ispirarsi a lui. Chiunque può cominciare un suo percorso di crescita interiore per cambiare attraverso lo sport e in particolare attraverso il pugilato.

I ragazzi che portate sul ring hanno personalità diverse, ma tutti si allenano duramente.

Ho praticato diversi sport e credo che la boxe sia il più duro in assoluto. I pugili si allenano due volte al giorno e sul ring rischiano tutto. Quando vai sul quadrato e sbagli un movimento, è solo colpa tua, dipende tutto da te. E' uno sport che ti obbliga ad affrontare le tue paure, le tue emozioni, a superare i tuoi limiti. Il professionismo, poi, non è per tutti, lo praticano soltanto atleti molto preparati, obbligati a seguire regole ferree e ad ubbidire sempre all'arbitro. Prima di un match, è normale dirsene di tutti i colori. Dopo, chi ha vinto e chi purtroppo non l'ha fatto di solito si abbracciano. Non è follia, è il bello dello sport.

Cosa deve aspettarsi chi viene a godersi lo spettacolo di TAF 8, il 15 marzo all'Allianz Cloud di Milano?

Prima di tutto, chi partecipa vivrà il massimo livello del pugilato italiano. Si scontrano infatti solo pugili italiani, in incontri dall'esito incerto. Mi capitava, da spettatore, di assistere a match in cui già si sapeva chi aveva il 90% di possibilità di vincere. Durante gli eventi TAF non succede. Già questa credo sia una forma d'arte. E tra un incontro e l'altro è impossibile annoiarsi. Proponiamo show, performance musicali, una serie di giochi con regali a tutti gli spettatori, momenti di vere sorprese. Il nostro obiettivo è avvicinare più persone possibile alla boxe.

(Lorenzo Tiezzi)



Foto Germani durante un evento TAF



CONTATTI

Tel. 335.6523149

E-mail: info@diellemacchine.it
Via Antonio Locatelli 62, 24121
Bergamo (BG)

DL
MACCHINE UTENSILI



VIA MONTE ROSA INT.519/A, 22060, Cantù



+39 335 5735314
www.mptlrls.eu



Studio S.G. Consulting
Tel.0317093566

Corso Unità d'Italia 2 22063 Cantù (CB)

THE ART OF FIGHTING 8

SABATO 15 MARZO - DALLE 17:45

Allianz Cloud, Milano

PROGRAMMA EVENTO

MAIN EVENT Titolo Italiano, Pesì Massimi Leggeri

JONATHAN KOGASSO

(14 VITTORIE)

Edoardo Germani, fondatore di TAF - The Art of Fighting, è convinto che sarà un grande spettacolo: «Dopo cinque incontri insieme ho deciso di premiare **Kogasso** con il match principale della card», spiega. «Sono sicuro che abbia un talento

VS

MORIKE OULARE

(7 VITTORIE)

fuori dal comune, ma sono altrettanto certo che **Oulare** lo impegnerà seriamente: è un incontro rischioso, ma sono proprio questi i combattimenti che aiutano ad alzare l'asticella». Altri dettagli sull'incontro a pag. 14.

CO-MAIN EVENT Titolo Italiano, Pesì Superpiuma

FRANCESCO PAPARO

(9 VITTORIE, 1 SCONFITTA, 1 PAREGGIO)

Il co-main event di TAF 8 mentre di fronte il campione **Paparo** contro l'esperto **Henchiri**, originario di Pisa. «Vincere il titolo è stata un'emozione indescrivibile, ma difenderlo è una grande responsabilità. Per quanto l'ho sudato, nessuno

VS

NICOLA HENCHIRI

(11 VITTORIE, 7 SCONFITTE, 2 PAREGGI)

riuscirà a togliermelo. A **Henchiri** dico di prepararsi e gli auguro buona fortuna, ne avrà bisogno». «**Paparo** è un ragazzo giovane, ci sarà da stare attenti alla sua velocità», risponde **Henchiri**. «Io però vengo a Milano per prendermi la cintura»

Titolo IBF Mediterraneo, Pesì Mediomassimi

MOHAMED ELMAGHRABY

(10 VITTORIE)

È un derby attesissimo, che mette in palio un importante titolo internazionale «Sarà un match durissimo, una battaglia sportiva. Sono affamato, voglio vincere per mettere a tacere qualche critica di troppo. **Stiven**, sul ring ti farò capire chi comanda»,

VS

STIVEN LEONETTI DREDHAJ

(11 VITTORIE, 3 SCONFITTE, 1 PAREGGIO)

dice **Momo Elmaghraby**. «Voglio dimostrare a tutti che sono il migliore», risponde **Leonetti Dredhaj**. «Ci sono state troppe chiacchiere su questo incontro, non vedo l'ora di tappare tante bocche con una vittoria convincente».

Pesi Superwelter

PAOLO BOLOGNA

(11 VITTORIE, 1 PAREGGIO)

Paolo Bologna, fiorentino, campione in carica è contrapposto all'esperto **Damiano Falcinelli**: «Il mio motto è: finché il cuore mi batte in petto, non mollerò mai», dice Bologna. «Combatto anche nel

VS

DAMIANO FALCINELLI

(16 VITTORIE, 2 SCONFITTE)

calcio storico fiorentino per il mio quartiere. Falcinelli, sappilo: sono solo all'inizio». «Sono pronto ad ogni scenario», risponde Falcinelli. «Se ci sarà da fare la guerra, non mollerò di un solo centimetro».

Pesi Massimi Leggeri

ROBERTO LIZZI

(7 VITTORIE, 2 SCONFITTE)

E' uno dei match più attesi di TAF 8. Lizzi è in cerca di rilancio dopo due sconfitte consecutive e stima Enache, che considera un pugile solido. Enache,

VS

OVIDIU ENACHE

(11 VITTORIE, 13 SCONFITTE)

35enne, è infatti un professionista del ring che ha tenuto testa a tanti pugili di talento. Sarà un match da vivere tutto d'un fiato.

Pesi Massimi

DIEGO LENZI

(1 VITTORIA)

Lenzi, peso massimo quinto alle Olimpiadi di Parigi 2024 in conferenza stampa ha dichiarato: «I tre massimi più forti in Italia? Vediamo... Primo: Diego Lenzi. Secondo: Diego Lenzi. E terzo... Diego Lenzi». Senz'altro è molto sicuro di sé, ma troverà pane per i suoi denti. Quando ha detto di voler ridurre Pesce

VS

ANDREA PESCE

(10 VITTORIE, 27 SCONFITTE, 4 PAREGGI)

«come una scatoletta di tonno», quest'ultimo ha risposto a tono: «Fare il pugile è il mio lavoro, devo sopportare questi discorsi. Sul ring sarà un'altra cosa. Non riuscirebbe a ridurmi come una scatoletta neppure usando un bastone».

Pesi Mediomassimi

VINCENZO LIZZI

(1 VITTORIA)

In conferenza stampa i due pugili hanno dato spettacolo. «Per me finisce per KO alla seconda o alla terza ripresa. Sei il mio pasto, ricordati», ha

VS

INOUSSA NONKANE

(3 VITTORIE, 1 SCONFITTA)

pronosticato **Nonkane**. «Secondo me andrà più le lunghe, dico KO tecnico tra la quarta e la quinta... E vieni già mangiato» ha risposto ridendo "Irish" Lizzi.

Pesi Mediomassimi

PAUL AMEFIAM

(2 VITTORIE)

Originario del Togo, **Amefiam**, che vive a Milano fin da bambino e ha debuttato da professionista a TAF6, vincendo nettamente il suo match e confermandosi successivamente. Dice di essere un

VS

CLAUDIO KRAIEM

(7 VITTORIE, 11 SCONFITTE, 1 PAREGGIO)

ragazzo tranquillo, ma come idolo ha un certo Iron Mike (Tyson). Contro di lui, ecco **Kraiem**, che vive a Roma ed è decisamente più esperto. Si prospetta un grande match.

KOGASSO VS OULARE

UN MATCH DA SOGNO!

Johnny Kogasso e **Morike Oulare** sono protagonisti del Main Event di **TAF 8**, in programma il 15 marzo 2025 all'Allianz Cloud di Milano. Il match mette in palio il Titolo Italiano dei massimi leggeri. Il Maestro di Kogasso, l'esperto **Enzo Gigliotti**, sta lavorando da tempo sulla tecnica e sulla forma fisica di questo atleta, che ha un importante record di 14 vittorie e zero sconfitte. Gigliotti vuol far crescere la massa muscolare del suo atleta, certo, ma pure migliorare ancora il suo modo di combattere. «E' un ottimo pugile, ma in certi frangenti può essere più cattivo», ha detto Gigliotti durante la conferenza stampa, come a voler motivare ancora di più Kogasso. Quest'ultimo, comunque non sembra certo aver bisogno di stimoli. Lontanissimo dallo stereotipo del

pugile, quando non si allena lavora in una biblioteca. È un ragazzo tranquillo, sul ring però si trasforma. «E' lì che conta davvero, essere aggressivi mica serve. Anzi, è fuori luogo». Kogasso, detto Mamba, è nato a Kinshasa, in Congo, ma è cresciuto e vive nella piccola Voghera. Quando parla con calma sorride, non usa superlativi, ma è senz'altro sicuro di sé. «So che Morike Oulare si sta allenando a Londra, sono contento per lui, se cresce come pugile, cresce anche il valore del nostro incontro. Non è tutto. Sembra anche aver capito quali possono essere i limiti del suo avversario. «Mi sono meritato questa chance sul campo, regalando spettacolo ai tifosi. Il mio avversario, Morike Oulare, è un pugile forte, ma basilare a livello di tecnica. Lo si batte lavorando alla distanza, evitando lo scontro aperto, combattendo con intelligenza per sfiancarlo. Voglio mandarlo KO».

Oulare, che si fa chiamare semplicemente **Morike** forse regala qualche centimetro all'avversario, ha però un fisico davvero notevole. Con Kogasso ha in comune, oltre ad una condizione fisica eccellente ed un record immacolato (7 - 0 il suo), una vittoria contro **Roberto Lizzi**, che a TAF 8 cerca una nuova chance contro Ovidiu Enache. Sui media si parla poco di lui. Anzi, se ne parla decisamente troppo poco, visto il suo potenziale come pugile, ma è normale, visto che oggi vive in Gran Bretagna. Sui social, invece, quanto a fan 'batte' invece nettamente Kogasso (40.000 contro 8.000). Non è però la popolarità ciò che conta per vincere «Mi sento carico. Sono 8 anni che faccio il pugile e sono pronto», dice in un video sui social. «Non ho mai pensato di andarmene dal ring, mai. Anzi la tensione che sento prima di un incontro mi piace, la vivo in modo positivo».

(Jacopo Neri)

VS

ASSETTO CORSA

CONTATTI:
TEL. +39 02 8232 0711
INFO@ASSETTOCORSA.IT

LD CHASSIERS FASTENERS

- Inserti autogreggianti, filetti
- Perni filetati e a sabbia
- Manufatture in alluminio

www.ldfasteners.com | +39 02 39485328
Via Custosa 1 - 20037 Paderno Dugnano (Milano)

TAC COMUNICAZIONE

- ✓ Ufficio Stampa
- ✓ Relazioni Pubbliche digitali e tradizionali

Tel: +39 02 48517618
VIA ANIBERTO, 21 - 20123 MILANO

Fratelli Corona

CONTATTI:
fratellacorona@gmail.com | 02 2548743
www.fratelli-corona.com

Goods



Visita il nostro sito:
www.goods.it

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

WWW.CAMPITELLISRL.EU

 **CAMPITELLI S.R.L.**

I MATCH DI TAF 8 ★

GLI INCONTRI PIÙ ATTESI



Leonetti Dredhaj (sx) e Momo Elmaghraby (dx) faccia a faccia

Non si sfidano soltanto **Johnny Kogasso** e **Morike Oulare** a TAF 8, il 15 marzo 2025 all'Allianz Cloud di Milano. I match davvero importanti sono tanti. I titoli in palio sono ben 4, ma anche gli altri incontri sono di livello. Qui su **Invextra Magazine** non amiamo i superlativi, ma non scrivere che questo evento propone il meglio del pugilato professionistico italiano sarebbe proprio sbagliato... Per cui lo scriviamo. Chi ama la boxe TAF 8 non se lo perde per nulla al mondo. A metà di questo numero trovate gli incontri, in programma mentre a pagina 14 c'è un approfondimento sul **Main Event**. Qui invece proviamo a dare qualche cenno su tutto il resto. E' un'impresa complicata perché di carne al fuoco ce n'è anche troppa. Partiamo da un match, **Diego Lenzi vs Andrea Pesce** (Pesi Massimi) di cui si parla molto, sui social. Si sfidano due pugili molto diversi tra loro: Pesce è un professionista del ring che ha dimostrato di uscire a testa alta da ogni tipo di incontro. Lenzi, invece, è spesso criticato per il suo modo di porsi, ma sembra avere davanti a sé un grande futuro. Il fisico e la tecnica ce l'ha. Non è certo solo bravo a parlare.

Il Co-Main Event mette di fronte **Francesco Paparo** e **Nicola Henchiri** per il Titolo Italiano dei Pesi Superpiuma. «*Paparo ha stupito ribaltando i pronostici conquistando il titolo italiano e confer-*

mandosi campione», spiega l'organizzatore **Edoardo Germani**. «*Adesso per lui è il momento di confermarsi e di continuare. Spesso infatti è più difficile essere il favorito che l'underdog*».

Paolo Bologna vs Damiano Falcinelli (Titolo Italiano Pesi Superwelter) sarà poi un match che regala spettacolo fin da subito. «*Per me è una questione di cuore*», ha detto Bologna, che è fiorentino ed è molto legato alla sua città, anzi al suo quartiere. «*Non so come sia quello di Falcinelli, ma il mio è grande questo so che farà la differenza*».

E che dire dell'incontro che mette in palio il titolo Titolo IBF Mediterraneo dei Pesi Mediomassimi? Tra **Momo Elmaghraby** e **Stiven Leonetti Dredhaj**? C'è una grande rivalità. «*E' ormai anche una questione personale*», ha detto Leonetti Dredhaj in un'intervista a Niccolò Pavesi. «*Lo è diventata non appena è stato annunciato l'incontro e lui ha cominciato ad insultarmi. Ho letto i suoi commenti e mi sono detto: "ma chi sei? Chi ti conosce?!" Sarò all'antica, ma per me il rispetto è un valore fondamentale*». Ci sarebbe molto altro da dire, ma non c'è più spazio, se non per la boxe, quella vera. In bocca al lupo a chi è sul ring. Comunque vada, sarà un grande show.

(Jacopo Neri)

S.D.M Srl



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

KINENS
CORRADO COZZIOTTI & FIGLI



www.kinens.it

EM IL MESTIERE DEL LEGNO



CONTRATTI
TEL. 0322/999011 | VIA DEL MESTIERE 1/A | 24010 BORGOCOMUNO (BG)
VIA SAN VITO 12 | 24010 BORGOCOMUNO (BG)

PAVIA STIME

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

GEOM. FABIO OSTÈ
Tel 347.97053.64 / 0382.5729.09



+39 393 1520041 | info@justnccmilano.it
www.justnccmilano.it



BISELLO
TECNOLOGY SYSTEM SRL



ISO 9001
BUREAU VERITAS
Certification



**Leader nella costruzione
di impianti industriali**

+39 0331 837019 | segreteria@bisello.it
www.bisello.it

parola di Nico Pavesi

«LA BOXE REGALA EMOZIONI»

Abbiamo incontrato la voce italiana della boxe, che ci ha raccontato che succede nel pugilato, in Italia e nel mondo

"Si chiama Lamont Roach, ha ventinove anni e un figlio di due. È cresciuto a Washington ma ha studiato nel Maryland. Ingegneria meccanica. Nel frattempo passava professionista con Golden Boy. Era il 2014. Per i successivi dieci anni ha combattuto ad alto livello, ma senza mai esplodere. Doveva essere la vittima numero trentuno di Gervonta Davis, che lo aveva snobbato e preso in giro («hai la chierica, stai diventando pelato...»). Invece è diventato il primo uomo capace di fermarlo"

Avete appena letto uno dei dei bei post dedicati alla boxe che **Niccolò Pavesi** pubblica sulle sue pagine social. Sia su Instagram sia su Facebook è molto seguito. Non per caso. E' proprio bravo, nel suo mestiere. Non solo a raccontare o fare telecronache, scrive pure davvero bene. Dello sport del suo cuore dice: «La boxe non è solo un ring e due pugili. La boxe è un insieme di storie, tutte diverse ma tutte accomunate da un'intensità fuori dal comune: raccontiamole!». Milanese, classe 1987, Niccolò Pavesi, per gli amici Nico, è la "Voce della Boxe" di **DAZN**, con un 'palmare' di circa 2000 match commentati. Sempre su DAZN, ha commentato anche le stagioni 2020 e 2021 della MotoGP. Niccolò, per tutti Nico, sin da bambino si appassiona alla lettura, alla scrittura e in generale alla tematica del racconto. Si avvicina alla boxe grazie al nonno, con cui guarda tanti match e fa pure un po' di pugilato in prima persona. Poi si iscrive a Giurisprudenza alla Statale di Milano, e qui si laurea a pieni voti nel 2012. «La mia formazione umana e culturale – e quindi anche professionale – parte esattamente da lì», racconta. Perché chi fa boxe o la racconta non è che per forza nasce in un contesto difficile. Gli esempi sono tanti: dal già citato Lamont Roach all'italiano **Johnny Kogasso**, che lavora spesso in una biblioteca, e ha proprio la faccia da bravo ragazzo. Eppure difenderà il suo titolo dei Massimi Leggeri a TAF 8, il 15 marzo, nel main event che lo vedrà difendere il suo titolo di campione italiano dei pesi massimi leggeri contro **Mourike Oulare**.

Che tipo di background hanno i pugili vincenti, i campioni?

Ogni pugile ha la sua storia e la sua vita. Anzi, credo ci sia il ring e tutto ciò che succede fuori dal ring. La 'cattiveria' è fondamentale e spesso ce l'ha chi viene da




DM
COSTRUZIONI

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



MILANO CUBE
Tel. +39 02 29 522 126
Real estate Srl



WWW.MILANOCUBE.IT



RA
CONSULTING
Via Ariberto 21, Milano



Solutions in the Oil & Gas Industries



MB
SOLUTION

un contesto difficile, come ad esempio Mike Tyson. Non sempre è così però, molti ottimi pugili, soprattutto oggi, frequentano l'università.

In un pugile, conta più la forza fisica o la tecnica?

Il colpo da K.O., la cosiddetta 'castagna' o ce l'hai o non ce l'hai, non si può allenare. Ma quasi sempre anche i grandi picchiatori come Tyson hanno anche una tecnica sofisticata. Per questo credo credo che alla fine proprio la tecnica sia ciò che conta di più.

Come sta cambiando la boxe, in Italia?

Fino a tre o quattro anni fa, in Italia, fare la scelta di diventare un pugile professionista era davvero un salto nel buio. Per questo molti ottimi pugili preferivano restare dilettanti e quindi combattere per più edizioni delle Olimpiadi, senza mai passare di categoria. Oggi, grazie a manifestazioni come TAF, la situazione sta cambiando e la scelta del professionismo non è più così folle. Certo, non è per tutti. A volte gli atleti vengono assecondati troppo alla leggera, ma chi ha davvero talento e fame di affermarsi può provarci e farcela. Come dicevo, realtà come TAF, che uniscono sport e spettacolo, stanno proponendo eventi di grande successo... e possono quindi proporre ai pugili borse interessanti.

E nel mondo, che periodo sta vivendo il pugilato? Las Vegas è sempre il regno della boxe?

Non direi proprio. Oggi gli organizzatori dei paesi arabi, a suon di borse che i promoter americani o britannici non possono permettersi, spesso si accaparrano gli incontri più attesi. E' un bene per i pugili ed è un bene per gli appassionati, che possono godersi incontri tra pugili di livello assoluto. Sono match in cui si sfidano sempre due numeri uno, attirati degli ingaggi. C'è però da capire se alla lunga questo tipo di proposta sia sostenibile per gli stessi organizzatori sia per il sistema della boxe internazionale.

Succede forse così anche nel calcio, con Ronaldo a fine carriera che guadagna più dei campioni di oggi... E invece, come vedi la 'concorrenza' che la MMA sta facendo alla boxe?

La boxe ha una tradizione ed una storia che nessun altro sport di combattimento può sognarsi. Chi si gode un incontro di boxe è come se bevesse un bicchiere di vino, bevanda che nasce da una cultura che nessun drink 'di moda' può avere. E quindi, ben venga la MMA, che oggi ha grande pubblico. A qualcuno si gode sia questo sport sia la boxe, ma i puristi e i veri appassionati seguono quasi solo il pugilato. Se la boxe continuerà a regalare emozioni non andrà mai in crisi.

Niccolò Pavesi durante una delle sue telecronache



APPARATI MOTOROLA IN OFFERTA PROMOZIONALE



MOTOROLA R2



MOTOROLA R2



MOTOROLA R2



MOTOROLA R2

LA RINASCITA DI MARCIO

IL RAPPER MILANESE PRESENTERÀ **IN ANTEPRIMA UN SUO NUOVO BRANO A TAF 8**

Mondo Marcio, rapper milanese e icona dell'hip hop italiano, il 15 marzo sale sul palco di **TAF 8**, all'Allianz Cloud di Milano, per far scatenare il pubblico della boxe con la sua musica. «Anche l'hip hop è molto competitivo, noi rapper e i pugili abbiamo molte cose in comune», ha spiegato sorridendo alla conferenza stampa di presentazione dell'evento. Anche questo artista, come molti pugili, è lontano dallo stereotipo del rapper che vuole imporsi a tutti i costi. «Non sono io a dover dire che il mio ruolo è importante nell'hip hop italiano, lo devono dire gli altri», dice.

Cosa succederà sul ring... ops, sul palco di TAF 8, cosa proporrai? Cosa può aspettarsi chi parteciperà a questo grande evento?

Il mio show è una rinascita. Proporrò un singolo tratto dal mio nuovo disco, un album che è appunto legato alla rinascita. Non contano tanto il tempo e la storia che hai alle tue spalle, conta invece quello che ti aspetta, quello che vivrai da oggi. In due parole, su quel palco farò vedere un nuovo Mondo Marcio.

Marcio, i fan lo chiamano semplicemente così, è stato il primo artista a sfondare le classifiche e a portare il rap con una nuova attitudine ad un pubblico mainstream. Oggi ha 38 anni, ma nel 2006, quando ne aveva appena 18, debuttava ufficialmente con l'album "Solo un uomo", che in pochi mesi raggiungeva il traguardo del disco di Platino. Chi scrive lo intervistò già allora, quando già collaborava con una major discografica e già aveva le idee molto chiare. Vent'anni fa il suo album di debutto rimase in classifica per più di 40 settimane, fu un successo davvero strepitoso.

L'hip hop italiano in questi vent'anni è cresciuto, forse troppo. O no?

Direi che la situazione è molto migliore oggi rispetto a prima. Quando ho iniziato era un deserto, non c'era niente. Il mio primo album ha un po' dato il via al Rinascimento dell'hip hop italiano. Oggi c'è molta confusione, non solo nell'hip hop ma in tutto l'intrattenimento. Vediamo un grande 'minestrone'... ma in generale, molto meglio adesso che prima. Sono contento di aver contribuito, in piccola parte, a dare il via alla nuova scena musicale.

Parlavi delle cose che accomunano rapper e pugili, ruoli non così lontani. Entrambi, in palestra e in studio di registrazione, lavorano con il loro team, ma poi sul ring e sul palco ci vanno da soli.

E' vero. E poi sia chi boxa sia chi rappa deve essere diretto, non può mandarle a dire. Con il microfono o con i guantoni bisogna combattere, con le unghie e con i denti.

(Lorenzo Tiezzi)



Unascrittura diluce

GRUPPO
SicurCOND

GLI SPECIALISTI
DELLE **INFILTRAZIONI**

WWW.SICURCOND.IT

SIGMA

ASSICURAZIONE
INFERMITÀ
E INVALIDITÀ

02 3533486

ALLENARSI COME PUGILI... O BALLERINI?

Tutti, anche chi non ama la boxe, conoscono i mitici allenamenti di **Rocky**, immortalati da **Sylvester Stallone** in tanti film. I pugili infatti allenano la tecnica, in lunghe ore al punchig ball, per poi migliorare la propria forza colpendo in ogni modo il sacco. Se fare un po' di movimento va sempre bene, chi ha voglia di allenarsi con profitto non può che affidarsi ad istruttori qualificati, che cercando bene, non mancano, in ogni città. Il bello della **boxe** e pure della **fit boxe** (un allenamento in cui si portano colpi solo contro il sacco oppure contro i guantoni di un compagno) è che ci si allena in mondo intenso, usando tutto il corpo. Dal collo ai piedi, passando per il tronco e le gambe. Riuscire a colpire con grande forza l'avversario per mandarlo KO non basta, se non si hanno gioco di gambe, capacità di schivare i pugni e tenuta atletica. All'inizio di un incontro è facile, ma quel che conta è essere almeno un po' freschi all'ultima ripresa, quando tutto è in gioco e tutto può ancora cambiare con il colpo giusto. In altre parole, come diceva **Muhammad Ali** mito del pugilato e della non violenza (non andò a combattere in Vietnam e finì in galera per questo, NDR): «*Gli addominali non li conto da subito, inizio quando mi fanno male. E' da quel momento che conta davvero.*»

Ma quali sono i benefici per chi fa boxe? Stabilità, equilibrio, dinamismo e vivacità, non solo fisica ma anche mentale. Sbaglia, come dicevamo, chi crede



che per essere buoni pugili sia necessario concentrarsi sul tronco, la parte superiore del corpo, ovvero su braccia, pettorali e spalle. In realtà, addominali, fianchi, basso ventre e gambe sono altrettanto fondamentali, per tirare e schivare colpi. E ovviamente è essenziale anche che cuore e polmoni siano in perfetta forma. **Il salto della corda**, meno invasivo della corsa per le articolazioni, soprattutto per chi come i pugili spesso di muscoli ne ha un bel po', è un ottimo modo per 'fare fiato' migliorando la circolazione. E poi, via libera a **burpees**, affondi, squat, movimenti di simulazione di colpi e schivate senza avversario. E' utile a volte **guardarsi allo specchio**, per capire meglio cosa stiamo facendo. Certo, i pugili si guardano allo specchio, proprio come fanno i ballerini alla sbarra. Anche nella boxe, la forma conta, ad ogni livello. Perché chi colpisce e schiva bene, fa meno fatica. E alla fine vince. Il già citato Ali sarà ricordato per sempre la l'eleganza dei suoi colpi, non solo per le sue vittorie.

(Lorenzo Tiezzi)



DIETA DA RING: PROTEINE, QUALCHE RINUNCIA E TANTI SORRISI

«Certo mangiare bene è importante, ma non credo sia la prima cosa per un pugile. Allenarsi sempre con costanza e con il giusto atteggiamento arriva prima», ci ha detto **Jonathan Kogasso**, che a **TAF 8** difende il suo titolo di campione italiano dei Massimi Leggeri. «Io lo so qual è la dieta perfetta per me: mangio sempre e solo quello che mi dice il mio Maestro!», ha rincarato la dose sorridendo **Vincenzo Lizzi**, classe '96, che il 15 marzo all'Allianz Cloud di Milano combatte invece contro **Mokane**.

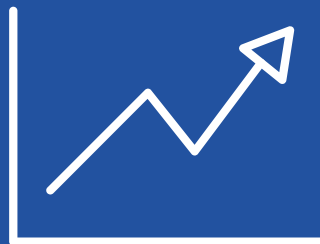
E quindi, quali sono i segreti della dieta dei pugili? Cosa possiamo rubare, noi umani, dal loro modo di mangiare, per imparare a non abbuffarci senza tregua? La risposta è semplice: non c'è nessun trucco. Ci vuole una costante attenzione al proprio corpo, a come si mangia, a come si dorme... Riassumendo: **allenamento fisico (cuore, polmoni, muscoli, etc), **riposo, sonno, alimentazione, allenamento tecnico** per la propria disciplina, **atteggiamento mentale positivo**. Focalizzarsi soltanto sulle cose che si possono controllare serve, i vincenti lo fanno davvero. E si apre il frigo, una notte? L'importante è non rifarlo la notte successiva. **Ma come possiamo, noi che non siamo super atleti del ring, imparare a mangiare un po' meglio?** Il resto, l'atteggiamento mentale, conta, ma se al mattino mangiamo solo latte e biscotti è normale che poi a metà mattina "non ci vediamo più dalla fame" e ci riempiamo, ancora, di zuccheri. **I pugili mettono sempre la giusta dose di proteine, nei loro pasti.** Noi umani spesso non lo facciamo. Ricordate il buon vecchio **Rocky** che si mangiava decine di uova crude prima di correre come un pazzo?**



Non c'è bisogno di esagerare, ma un **uovo al tegamino**, proprio al mattino, può servire, così come frutta secca, oppure yogurt senza zucchero. «E' vero, molti non consumano abbastanza proteine. E' però ancora più grave che chi si mette a dieta spesso non mangi a sufficienza questo, rischiando di iniziare il terribile effetto yo-yo», spiega **Alessio Cereda** di BCN Nutrition. «Per questo partiamo dallo stile di vita di ogni singola persona. Non siamo tutti uguali». L'obiettivo dei nutrizionisti di questa realtà è poi rendere autonome le persone che si rivolgono a loro. Chi si informa e capisce le regole base dell'alimentazione, poi può concedersi qualche sgarro. E continuare a sorridere.

(Paola Rubini)





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

Responsabile grafico
Matteo Bernaroli

Social e Comunicazione
FB Communication Agency

Contatti

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