

C'era un ragazzo



Max Ratta ama anche la musica. A lato, al centro della foto, alla scuola elementare e sotto durante un allenamento di body building amato grazie a Schwarzenegger

Atleta, personal trainer e maestro di cultura fisica, divulgatore, autore e pure pianista. Giovendale (a cui si deve "mens sana in corpore sano") avrebbe certo ammirato Massimiliano Ratta, per tutti Max, che della sua celeberrima locuzione ha fatto uno stile di vita ed un fondamento del suo lavoro. Sanbenedettese, quarantasette anni, sposato con una figlia, Ratta è oggi un ambasciatore internazionale per il Pilates, il sistema di allenamento inventato tra le due guerre dal tedesco poi naturalizzato americano Joseph Pilates per migliorare il benessere psicofisico della persona. Per Ratta, il Pilates ha rappresentato il coronamento di un percorso di sport e di vita oltre che un successo professionale. «Sono sempre stato uno sportivo - ricorda - ho iniziato a 6 anni con il calcio e il pattinaggio. Il calcio lo scelsi per passione, i miei idoli erano Alessandro Altobelli, Paolo Rossi e Dino Zoff, e l'ho praticato fino a diciotto anni. Ero bravo, sono arrivato alla Primavera della Samb prima di smettere. Quanto al pattinaggio, un mio caro amico lo praticava e seguendo lui mi sono appassionato anche lì».



La musica

Quando non insegue un pallone o corre sui pattini, il giovane Max suona il piano («ho studiato pianoforte per dodici anni, da quando ne avevo sei» dice), divora libri e scrive, anche queste grandi passioni che non abbandonerà: «Ma a scuola ero un monello - spiega - anche se i professori mi adoravano perché li facevo ridere». A diciotto anni l'incontro con il body building ed il primo colpo di fulmine sportivo che gli cambierà la vita: «Fu un allenatore di calcio che mi disse che dovevo irrobustirmi un po', perché ero mingherfino e mi avrebbe aiutato mettere su qualche chilo - ricorda - Iniziai da solo, facendomi una piccola palestra casalinga e leggendo tutti i libri e le riviste del settore che riuscivo a trovare: mi ricordo che cominciai con l'Enciclopedia del Body Building di Ar-



L'istruttore Dal posto in banca rifiutato alle crociere fino al Pilates

«Schwarzenegger mi ha cambiato»

PERSONAL TRAINER E SCRITTORE

SAN BENEDETTO
● Quarantasette anni, sposato con Lara e padre di una figlia di ventì, Martina, Max Ratta è insegnante di Pilates, personal trainer, consulente fitness e maestro di cultura fisica. È stato fitness director a bordo delle navi Costa, Royal Caribbean e Princess, e nel 2014 ha ottenuto il titolo di Elite Master Trainer e presenter internazionale per la Wellzone Fitness Academy. Ha inoltre firmato due romanzi, "Ferite Siamesi" e "L'Arabo".



nold Schwarzenegger ed un set di pesti acquistato da Dionisi Sport. In quel momento non ero ancora certo che sarebbe diventato il mio futuro ma dopo un paio d'anni capii che era il lavoro per me».

Il diploma

Nel frattempo si diploma alla Ragioneria, si iscrive a Giurisprudenza e contempla un possibile impiego in banca: «Rifiutai - racconta - mia zia, che si era prodigata perché avessi quell'occasione, non mi ha più parlato per anni. Mia madre invece si dispiacque di più quando lasciai giurisprudenza perché sognava un figlio

avvocato. Era una facoltà che mi piaceva ma non mi sono mai pentito di quella scelta». Max ormai ha capito che il suo futuro è lo sport, è bravo a farlo e ad insegnarlo. Gli anni '90 e l'inizio del nuovo secolo sono tutti dedicati a body building e fitness. Ratta diventa istruttore e poi maestro di cultura fisica ed azzate di potenza, frequenta la Scuola dello Sport del Coni di Roma e viaggia per il mondo, per lavoro e passione. Nel 2004, durante una vacanza thailandese, arriva la seconda folgorazione professionale della sua carriera: incuriosito da una palestra dove si pratica il Pilates,

entra, fa una lezione di prova e «la mia vita è cambiata per sempre. Da quel momento in avanti ho investito tutto sul Pilates e dopo 14 anni ne sono davvero molto contento. Il Pilates è una cosa meravigliosa, eccelso sia come sistema di allenamento a se stante che propedeutico ad altri sport». Oggi Max Ratta è Elite Master Trainer e presenter internazionale di Pilates, un ruolo che lo porta a tenere corsi di formazione e stage di approfondimento per gli istruttori in tutta Europa, ha il suo studio qui a San Benedetto ed è il responsabile tecnico e coordinatore della palestra Eagle Fitness. Per un biennio è stato anche direttore dei centri fitness a bordo delle navi da crociera per alcune delle principali compagnie mondiali, avviando anche la palestra a bordo della Costa Concordia nell'anno del suo varo, il 2006. Delle passioni giovanili, Ratta ne ha coronate anche un'altra, quella per la scrittura. È infatti autore di due romanzi - Ferite Siamesi e L'Arabo - e sta cercando il tempo di scriverne un terzo: «Ho sempre avuto la passione per la scrittura e sono sempre stato un grande lettore, due cose collegate tra loro. E viaggiare tanto mi ha dato spunti narrativi».

Alessandra Licciardello

© IMMAGINE ASSOCIATI