

STORIA DI UN TRAINER MOLTO PERSONAL.



Lorenzo Gallone
- Team "Palestre Torino" -
*ama definirsi
"il personal di tutti".*

Quando incontri Lorenzo Gallone ti penti di tutte le merendine che ti sei fatto da bambino e di tutti i calici di prosecco dell'età adulta.

Vanta bicipiti che è meglio stargli simpatico e una tartaruga che così non ne hanno nemmeno alle Galapagos, ma ciò che lo rende un esemplare raro non è questo.

Lui crede in quello che fa, ci crede un sacco e questo glielo leggi negli occhi. Lo vedi sfrecciare per Torino con la sua macchina che è difficile non notare, anche lei con il fiatone a star dietro ai suoi mille progetti, alle lezioni al parco con un gruppo di manager, al training nella fitness room privata di qualche cliente molto vip, oppure alla lezioni al Basic Gym con gente molto normal che in casa non ha neanche la cyclette. Lui è il personal di tutti.

Persino dei bambini a cui fa fare una ginnastica sana, dura, onesta come lui. E li vedi uscire dalle sue lezioni stanchi, sudati, distrutti e da mamma ti chiedi se sia proprio necessario che la tua creaturina impari a fare le flessioni come i Marines, ma poi sono i bambini a risponderti quando a casa sfoggiano

l'ultima prestazione imparata a scuola lanciandosi dal divano alla poltrona a piedi uniti con una fierezza inaudita o quando vedendolo arrivare nel cortile della scuola gli corrono incontro e gli saltano addosso in quattro contemporaneamente, zaino pesante incluso, e lui li solleva tutti da terra come Hulk, ma senza bisogno di trasformazione.

Lorenzo Gallone è un profeta del fitness, uno che crede nel movimento come palestra per l'anima, un innovatore cronico che non ha mai fatto due allenamenti uguali nella sua vita e non li farà mai nemmeno nella tua.

Uno che ti insegna Dalì tra un esercizio e l'altro e che si dedica a te con la stessa energia di un evento da 1000 persone. Uno che non smette di credere che ce la puoi fare anche nei più grigi lunedì di pioggia alle sei del mattino e si sa, gli occhi non mentono.

