



L'amico Gennaro Romano con la gentile moglie Chantal
Sempre puntuali nelle loro sedute di allenamento alla "Natural"
e che ringraziamo di cuore per aver acconsentito a far parte di queste pagine!!!



Impossibile non immortalare un bel sorriso, che generosamente ci regala
la bella Angela De Dona, mentre è intenta a pedalare sulla cyclette orizzontale



Ancora Angela e la graziosa sorellina Gilda -
Un sorriso che penetra nell'animo...
Grazie ragazze!!!



è la "NATURAL"



Una bella immagine di Maria Luisa, dagli occhi penetranti,
intenta ad esercitarsi alla “Pectoral”



e della sua amica Angela, alla “Abodminal-Machine”



Trovarsi fra due belle e gentili Signore non è da poco, anzi...!



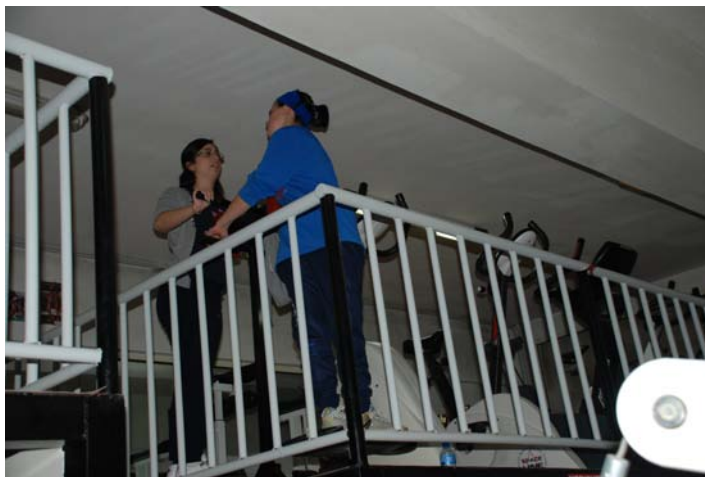
Maria Luisa



Pino



Enzo Miele



Al "Torsion-Disc" le simpaticissime Francesca (con la maglietta celeste) e Giovanna



“...le ragazze della “Natural” sono tutte carine e simpatiche”



Pino alla Panca



e al “Rowing Machine”

Il simpatico Pino è titolare di un accoglientissimo Agriturismo “*Villa Paola*” a Pannarano (BN) ideale per trascorrervi una rilassante serata a uno dei suoi tavoli bene imbanditi!
E’ il caso di fargli una visitina e assaggiare le Sue specialità... naturali!!!



A Pasquale Perone serve una mano per tirare su quel bilanciere... ci pensa Sofia, ma poi ci rinuncia.



è costretto a fare da solo...



.....



e ci riesce egregiamente!



Sofia ci riprova da sola... ma forse è troppo pesante!



Meglio le trazioni alle cinghie del Flying, con l'aiuto di Angelo Finelli



Un elogio speciale a questo atleta, **Antonio Roberto**, che viene dalla città di Salerno ad allenarsi presso la “Natural”, spendendo complessivamente quasi tre ore di viaggio in auto (tra andata e ritorno) per raggiungerci, tre volte a settimana! Sullo sfondo c’è **Elisabetta Aprileo**, che a sua volta ne spende quasi due, sempre di viaggio e per 3 – 4 volte a settimana, per calcare la nostra pedana di **“Pesistica Olimpica”**, la sera tardi, dopo una giornata intera di lavoro.

Siamo enormemente grati, nei loro confronti, per la fiducia che ci dimostrano e per il notevole impegno con cui “maneggiano” i pesi!

Grazie di cuore, ragazzi, siete un degno esempio da emulare!!!



La grinta... “feroce” di Elisabetta

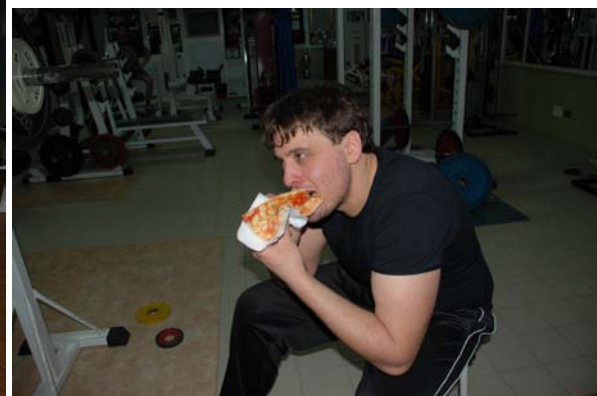
(quando è rilassata è dolcissima e simpaticissima, come ci dimostrano le immagini seguenti...)



Buona... la pizza che sta mangiando assieme a Pasquale e a Mario



Talmente buona che non ci rinuncia nemmeno ...correndo!





Il “nostro” Angelo Finelli ci dimostra che nella “Natural”... ogni tanto, è possibile anche questo!!!



Il mio carissimo amico Roberto Mercaldo, mentre gioca in palestra con la mia nipotina **Sofia**

Nelle immagini sotto lo rivediamo nei primi anni '80, socio e collaboratore della “Natural” e ottimo atleta!!!

ROBERTO MERCALDO alla "Natural" (primissimi anni '80)



Il "FUNCTIONAL", alla "Natural" di Carlo Ricci, è sempre esistito!!!



Con la mia pronipote Cassandra, che è venuta a trovarmi dal Canada qualche anno fa.
Peccato averla oltre oceano!



Nel locale "Roy" di Campize-Rotondi

CASSANDRA...