



QUINTA GALLERIA FOTOGRAFICA di Carlo Ricci

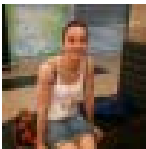
Prima di dare il via a questa quinta “carrellata” di foto ritengo doveroso un ringraziamento, rivolto a una persona che ha dimostrato interesse e simpatia per “La storia della Natural”, che tutti possono trovare e leggere in questo sito.



Luca Piscitelli (2013)

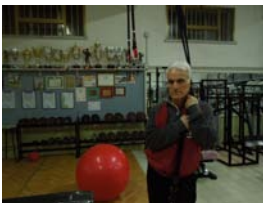
Stupende le foto, i ricordi, le dettagliate spiegazioni e le grandi vittorie, veramente un eccellente lavoro, spero appena rientrato dal Libano di venire in palestra per un saluto e rivedere il posto dove ho trascorso gran parte della mia adolescenza.

Un abbraccio Luca



Mariateresa Ricci

Grazie Luca, ricambiamo affettuosamente il tuo abbraccio e ti aspettiamo in palestra! A presto!



Ti ringrazio Luca, con i tuoi apprezzamenti nei confronti del mio lavoro, pubblicato nel sito della Palestra “Natural”, dimostri tanta gentilezza e sensibilità. Ciò mi gratifica davvero tanto e mi invoglia a continuare.

o o o

N.B. - Le foto e i testi delle didascalie delle foto contenute in questo sito sono di Carlo Ricci, Presidente dell’A.S.D. NATURAL, e quindi di proprietà della stessa Associazione!

Chi è contrario alla pubblicazione della propria immagine in questo sito può chiederne l’immediata cancellazione, indirizzando la richiesta alla sede della Palestra “Natural”.

Di solito, viene sempre richiesta, preventivamente, una esplicita autorizzazione, ai soci frequentanti, per la pubblicazione delle loro foto, anche all’atto dell’adesione al Club.

A chi, invece, “scarica” foto o materiale vario da questo sito, si raccomanda vivamente di farlo solo ad uso personale, privato, e nel rispetto delle norme legali e di quelle, più elementari, del senso civico!!! Grazie!!!



Un bellissimo saluto, che ritengo “bene-augurale”, da parte del nostro gentilissimo Vincenzo Fierro (2013), qui impegnato al “cardio-fitness”



e che vediamo in allenamento senza ...economia di pesi



Vincenzo Fierro, assistito da Pasquale Ricci



assistito da Tony Dente



* * *

Segue un revival degli anni '90 con Vincenzo Fierro



Vincenzo Fierro (a sinistra)



Vincenzo al centro
(alla sua sx è il carissimo amico Angelo Ricci, di cui presto traccerrò un doveroso profilo



Vincenzo Fierro a sinistra in piedi; in ginocchio avanti a lui è il fratello Mario.
A destra in ginocchio è Pasquale Ricci



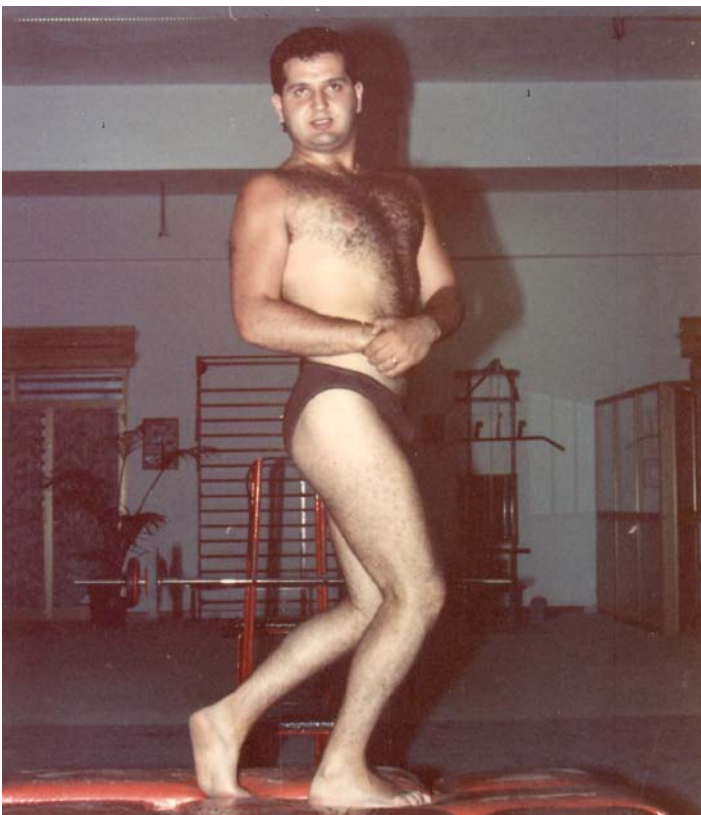
I fratelli Fierro visibili anche in questa foto: l'uno a sx in piedi, l'altro al centro in ginocchio. Oggi i fratelli FIERRO sono titolari di un rinomato negozio vinicolo, "Enoteca Bacco", dove, oltre a pregiati vini doc di varie qualità, è possibile trovare le più disparate specialità di prodotti e ottime confezioni da regalo personalizzate e... tanta cordialità!



Vincenzo Fierro, il secondo da sinistra in piedi, mentre in ginocchio da sn, avanti, è il fratello Mario. A dx, seduto sulla panca, è il nostro Tony Dente. Visibile anche Maria Carmela Compare (Carmelina), con il giubbotto nero e subito alla sua dx è Pasquale Ricci



Vincenzo Fierro sorge dalla mia spalla sinistra, quando avevo barba e capelli brizzolati, mentre Mario, il fratello, mi è davanti. Al centro, con la maglietta a righe, è Tony Dente versione anni '90



I nostri mitici, fedeli amici Tony Dente e Vincenzo Fierro si cimentano in qualche posa culturistica alla Palestra "Natural", negli anni '90.

ENOTECA BACCO - Cervinara (AV) C.so Napoli
Info: 327 1071890; 347 2707012; 340 4947105 e-mail: enotecabacco2012@libero.it



**Alla “Enoteca Bacco” ci sono davvero tanti prodotti buoni...
da gustare e da regalare!!!**



I titolari dell’Enoteca, i fratelli FIERRO (Mario e Vincenzo), Vi aspettano...



2013 - Il nostro simpatico “gioielliere” Tony Dente in versione odierna; fedelissimo della “Natural” sin dal 1990, e anche ottimo... cuoco nella “cucina” della Natural, in occasioni, non rare, di pranzetti direi luculliani. Il nostro affezionatissimo amico Tony è titolare di una ben nota gioielleria (vedi pagina seguente).

TONY DENTE, seduto, e VINCENZO FIERRO, da sempre amici e sostenitori della “Natural”. Un grazie di cuore per la profonda stima che da sempre ci dimostrano!!



Tony Dente, “panchista” della “Natural”, il suo record personale su Panca è di Kg. 150, destinato ad aumentare...

“GIOIELLERIA TONY DENTE”

Piazza Trescine (centro nevralgico della cittadina di Cervinara e sede del Comune):
è facile trovarvi una vasta gamma di articoli da regalo, oltre che gioielli e bijotteria varia e...
tanta cortesia e disponibilità!



Il titolare Tony Dente con Pasquale Ricci





Ancora il nostro amico Tony, impegnato durante il suo abituale, costante allenamento ciclizzato, assistito da Vincenzo Fierro.

Un piacevole “Tuffo nel passato”



Tony Dente con alla sua destra un barbuto Carlo Ricci, mentre alla sua sinistra è il carissimo, grande amico Angelo Ricci di cui sarà tracciato, quanto prima, un profilo. L'altro amico è Gennaro Romano.



Carlo e Angelo Ricci: gli anni passati sono sempre i più belli... specie quando sono stati trascorsi assieme ad amici fantastici!!!



**Con gli amici Roberto Mercaldo alla mia dx e Angelo Ricci alla mia sx
Il ragazzino in ginocchio è Alberto, figlio di Angelo**



Carlo e Pasquale Ricci (agosto 1987)



2013: Sala Pesistica: Marco Tangredi e Mariateresa Ricci in allenamento.



Il simpatico sorriso della nostra bellissima Luigia, appena 13enne, che si è avvicinata da poco agli esercizi della Pesistica Olimpica.



Tirata nell'esercizio di "Slancio"



Accosciata



Portata alle spalle



e spinta. Brava Luigia!



Una bella sforbiciata di Anna, sua cognata



mentre Luigia dà una sbirciata al cellulare



Bel fiocco...



ehiiii... non distraetevi!!!



Due cognatine unite da un grande affetto e da una iniziale passione in comune, la Pesistica.

Qualche esercizio per la “presa”, mostrato dal bravissimo Avv. Nicola Bruno





“Triceps” per Nicola, assistito da Tony



**Il “Carlino” del nostro webmaster Enzo Miele, durante una seduta di prova in Palestra...
La simpatia che traspare dal suo muso “arricciato” gli farà meritare sicuramente uno...
sconto speciale sulla quota associativa, con sommo piacere del suo padrone che, come
mostrano le foto, ne è assai fiero!**



**2013 – Se permettete, qualche volta, “scendo in campo pure io”, o per meglio dire... salgo!
E' il semplice ma sempre efficace “Step” effettuato con due piccole Kettlebell da Kg. 8 l'una**



2012 - Pasquale e il nostro bravo Roberto Vecchio (della Sicilia), assiduo e fedele frequentante della “Natural” quando gl'impegni di lavoro non lo allontanano. Roberto mostra un fisico eccezionale, costruito “al naturale” con gli esercizi della sana e sempre valida “Cultura Fisica”!!!



Un **GIU**



e un **SU**

per Pasquale Ricci



Il **GIU'**, ahimé, arriva nel 2006
da parte dell'amico Saverio Marro!!!



mentre il **SU** arriva qualche annetto dopo, grazie a questa simpatica... **STATUA!!!**
Infatti vediamo Pasquale visibilmente soddisfatto, a dispetto della foto in alto!!!



Foto primi anni '90 –

All'estrema sinistra, in piedi, notiamo un altro fedelissimo della "Natural", Daniele Gallo



Riunione "conviviale" tra alcuni frequentanti la "Natural" degli anni '90.

Daniele Gallo è il 3° a dx nella foto sopra e il 2° a sx foto sotto con i capelli lunghi e maglietta bianca.



**In questa foto Daniele è ben visibile a dx con la maglietta bianca -
mentre con il giubbotto rosso, sullo sfondo, è Carlo Ricci**



Ricezione della Palestra:

Pasquale Ricci, Daniele Gallo versione 2013 e Antonella Marchese



Della serie... “ATTENTI A QUEI DUE”

E' sera, ultim'ora, siamo in Palestra... qualcuno tenta di “corrompere” il nostro bravo Daniele facendogli recuperare, con evidente cattiveria, le calorie che, con tanto impegno, il “nostro” cerca di bruciare durante una seduta di “cardio” assieme ad Antonella. I due “famigerati”... altri non potevano essere se non Tony Dente e Antonio Fierro.



Il tentativo di corruzione, da parte del nostro Tony, riesce egregiamente con Vincenzo Fierro, che, ahimé, non resiste alla tentazione, come si evince dall'immagine.



Cervinara 2008

**Peccato... fu solo un momentaneo ritorno in pedana...
della nostra simpatica, bravissima amica, ex campionessa Antonella Marchese**



**2008 - Qui Antonella è premiata dall'allora presidente campano Fipcf (ora FIPE)
l'ineccepibile e ineguagliabile Enzo Petrocco, attuale consigliere nazionale
della nostra gloriosa Federazione di Pesistica (FIPE) (l'unica riconosciuta dal CONI in Italia)**



Chi può essere..... (a giudicarla di spalle... sarà sicuramente una bella ragazza!)



Chi sono... (Le loro identità alla pagina successiva)



**Pardon... si è intromesso un piccolo micio della "Natural"...
Forse tenta di sollevarlo...**



Ad ogni buon fine... gli assegniamo un brillante Primo Posto!

Intanto, voltiamo ancora pagina, e sapremo le identità dei ragazzi in maglietta nera di poc' anzi...



Sono della "NATURAL"!!!

Ce n'erano altri, ma, si sa, quando finisce una gara, molti scompaiono in un batter d'occhio.
Da sinistra:

Cristian Dente

Giuseppe Dente

Marco Tangredi

Tony Dente

Pellegrino Rivetti

Stefano Mastantuoni

Gaetano Rivetti

Antonella Marchese

Karate Kid

Scugnizzo

Guerriero Novizio

O' Mast

Pit Man

Amico Delta

Matrix

AMICA NDINDI (affettuosamente soprannominata da Pasquale Ricci)





28 giugno 2009 – Immagine scattata nel corso del Biathlon di “Panca e Stacco”, svoltosi nella Villa Comunale di Cervinara (AV), quando Maria Carmela Comparesi (Carmelina) era diventata da poco mamma della sua bellissima primogenita Valentina, tra le braccia affettuose della nostra Antonella (la bellissima “amica ndindi”).



MAMMA...
Esiste qualcosa di più bello...?

Continua...