

---

InBici

# InBici

Rivista per ciclisti, InBici Magazine, Passione sui Pedali

## JUSTINE MATTERA: “LA PASSIONE PER LA BICI E’ CONTAGIOSA, E L’ITALIA E’ MAGICA”

· Friday, April 24th, 2020

Nemmeno la quarantena riesce a fermare la voglia di sport di Justine Mattera e di tutta la sua famiglia. Nell’intervista che la nota showgirl, attrice, cantante e triatleta della squadra DDS ha rilasciato **in diretta Instagram ai nostri microfoni**, Justine ha spiegato che in casa ci sono “due rulli. In genere io mi alleno al mattino presto, poi si allenano i miei figli e mio marito. In genere pedalo **insieme a un gruppo su Zwift con Paolo Barbera, che è anche direttore tecnico di Tri60**, all’inizio eravamo pochi ma adesso siamo quasi 50 persone. E’ molto divertente e gli allenamenti sono davvero efficaci. Facciamo un’ora e 45 minuti il mercoledì e col venerdì, mentre il sabato 3 ore e 20”.



**La passione per il ciclismo coinvolge tutta la famiglia:** il marito di Justine Mattera è un ciclista amatoriale, mentre i figli corrono nella categoria G5 ed Esordienti: “In casa ho il duro compito di seguire i bambini che non hanno voglia di studiare. Mi dicono che quest’anno nessuno verrà bocciato, ma è difficile convincerli a fare i compiti. Sono tutti e due ciclisti, quindi bisogna anche trovare la voglia di allenarsi e dico loro che è sempre meglio essere preparati perché quando si parte bisogna farsi trovare pronti. **Mia figlia è di categoria G5:** insieme ad altri bambini hanno fatto un gruppo su Zwift per pedalare in compagnia e divertirsi. Uno degli allenatori della Biringhella, Alberto Giudici, ha messo su un gruppo di allenamento su Zwift e li segue due volte a settimana. **Mio figlio, invece, è Esordiente:** sta crescendo molto a livello fisico ed è un bene, perché prima era più minuto e non riusciva a stare in gruppo con gli altri. **Entrambi i miei figli sono tesserati con l’ASD Biringhella. Per il futuro, sono d’accordo con la proposta di Davide Cassani: congelare le categorie giovanili** è un ottimo modo per poter ripartire in futuro, quando la situazione legata al Coronavirus si sarà calmata”.



L'amore di Justine Mattera per l'Italia parte da molto lontano: **“Le mie origini sono dell'Italia meridionale e ho sempre vissuto l'amore per questo Paese. Quando sono arrivata per la prima volta qui mi sono resa conto che le città italiane erano magiche, mi sembrava difficile pensare che qualcuno potesse vivere qui, in un contesto così diverso da quello al quale ero abituata negli Stati Uniti. Quando sono tornata negli USA mi sono sentita troppo legata all'Italia e sono voluta tornare. I miei genitori mi hanno dato l'ok, ma dovevo cavarmela da sola. Così ho cominciato a lavorare, ho fatto un disco che ha venduto 25.000 copie, e i miei genitori mi hanno detto: “perchè abbiamo pagato l'università?”. Mi sono laureata alla Stanford University in letteratura italiana nel 1993. Parlando dell'Italia del sud, mi sono sentita molto offesa dalle parole di Vittorio Feltri riguardo i meridionali: l'ho trovato di cattivo gusto”.**

Coniugare la vita di tutti i giorni e il triathlon non è mai semplice: **“Bisogna organizzarsi. Mi sveglio presto al mattino, verso le 6, quando c'erano le piscine aperte ci andavo, oppure lo facevo alle 9 di sera. Durante il giorno lasciavo i bambini a scuola e mentre loro erano lì io pedalavo o correvo. Il triathlon è uno sforzo costante e mi dà energia, mi fa sentire giovane. Tra le tre discipline, quella per la quale vorrei migliorare di più è la bicicletta, ed è per questo motivo che pedalo così tanto. Se ho iniziato a fare triathlon devo ringraziare Maurizio Canzi: lui me lo ha proposto, ho cominciato e non mi sono più fermata”.**



Questo periodo di stop forzato, dovuto all'emergenza Coronavirus, ha sicuramente aiutato Justine Mattera a riprendersi dall'**infortunio causato dalla caduta in bicicletta con Francesco Moser lo scorso anno**: "Ho avuto modo di recuperare facendo esercizi con gli elastici e facendo massaggi. Voleva insegnarmi il cambio all'americana, gli ho dato il braccio destro e non ho lasciato la mano, mi si è impennata la bici. Ci sono stati dei momenti di terrore, andavo a 30 km/h: io mi tenevo a lui, ma lui ha avuto paura di cadere e così mi ha lasciata e sono finita a terra. Forse il fatto di pesare 45 kg mi ha aiutata: se fossi pesata di più le conseguenze sarebbero state peggiori. **La mia povera Colnago C64 era compromessa, ma sono salita in sella e sono arrivata al traguardo**".



“Sono sempre stata una persona sportiva – prosegue Justine Mattera nell’intervista su [Instagram](#) – ma prima ero concentrata a fare l’attrice ed altre cose, e non pensavo che lo sport potesse funzionare come lavoro. **Andare in bici mi fa felice, e non vedo l’ora di ricominciare a pedalare all’aperto appena sarà possibile.** E poi mio marito mi ha fatto appassionare anche alla storia del ciclismo”. L’appuntamento con Justine sarà l’1 maggio su Zwift, quando ci sarà un’importante pedalata di beneficenza sui rulli per raccogliere fondi per il banco alimentare. Un modo per divertirsi facendo del bene a chi ne ha bisogno.

This entry was posted on Friday, April 24th, 2020 at 7:58 pm and is filed under [G News](#), [News](#), [Top News](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.

