



D Run

CORRI DONNA CORRI

IRENE RIGHETTI

Carla, con stile

Conduce un programma televisivo di successo dove insegna i segreti della moda. E corre, corre forte, Carla Gozzi

IL LUOGO DELL'INCONTRO (piazza del Cannone a Milano, per l'Avon Running) sembra ancora immerso nel sonno. Pochi minuti e la scorgo, è nel suo corner e sta parlando animatamente con qualcuno. I capelli sono raccolti in uno chignon e una mise aderente di pizzo e paillettes ne mette in risalto il fisico atletico. Il viso è perfetto nonostante non sia truccato, solo un accenno generoso di mascara per rendere più intensi gli occhi verdi.



CHE CHARME!

Niente da dire: che sia vestita normalmente o in versione runner, Carla Gozzi non lascia al caso nemmeno il minimo particolare. Carla conduce il programma televisivo *Ma come ti vesti?*

Mi avvicino chiedendole se è disponibile (sono in anticipo di mezz'ora) e Carla o Carlà, come ama farsi chiamare sul suo blog, è felice di anticipare i tempi. Ci spostiamo di qualche metro in un'area all'apparenza più tranquilla, che dopo poco viene inondata da una voce assordante che rende ardua, ma anche più intima, la conversazione.

Ed è una Carla inedita, che quando può ama ritirarsi nella sua casa in collina, insieme al marito (il chiropratico Richard Bryan Datre, che in passato ha curato Bordin, Poli, Baldini e la Fogli) e ai cinque cani, tra il verde del parco e il rigoglioso orto che a breve, dice con soddisfazione, le donerà tanti pomodori.

Parla senza fretta, cadenza bene le parole, gesticolando con eleganza e raffinatezza, e s'illumina quando le chiedo del suo esordio nella corsa: «Ho un passato sportivo, ho fatto nuoto agonistico e atletica leggera sin da ragazzina; la corsa è l'elemento che mi accompagna da sempre perché è un modo veloce per mantenersi in forma. Sono sempre in giro, senza orari, e le scarpette sono sempre con me; così prima di una giornata di registrazione o di una consulenza esco e corro, in qualunque località mi trovi».

Il running non sembra poter mancare nella sua vita, anche se non può permettersi lunghe distanze: «La corsa mi rilassa, mi alleno due volte alla settimana per 5-6 km. Non ho tempo per le grandi percorrenze, ma quel poco è sufficiente per affrontare la giornata con energia». La regina di stile ha però all'attivo due maratone intorno alle quattro ore. «Ho corso due New York City Marathon - precisa - quando studiavo e vivevo a Manhattan, per cui avevo tutto il tempo di allenarmi. Perché una 42K non s'improvvisa».

La voce leggermente cantilenante che tradisce l'origine emiliana t'incanta, così le chiedo se corsa e femminilità possano andare d'accordo. «Certo - risponde -, non a caso l'intento di oggi è radunare le amiche che mi seguono (le *Carla's girls*) promuovendo un discorso di allenamento e fashion. Per questo regalo a tutte una sciarpina rosa di paillettes da mettere tra i capelli o al polso: per rammentare che se facciamo sport è giusto essere anche un po' carine e femminili».

Un accenno di trucco è ammesso? «Sì, però bisogna fare attenzione; quando si corre parecchio è bene usare il mascara waterproof per non rischiare sbavature. Sul viso basta una base idratante come ho io oggi,

[PersonalBest]

«**Correre è per me un esercizio vitale. Un training continuo per la mia attività quotidiana. Mi fa star bene ma soprattutto mi spinge a un continuo confronto con me stessa. Non corro contro qualcuno**»

—LAVINIA BIAGIOTTI CIGNA *Stilista*

perché se fa molto caldo sia il fondotinta sia la cipria chiudono i pori; importante poi il lipstick, poiché si perde molto sale e le labbra si seccano. Una cosa a cui tengo molto sono i capelli: consiglio di fissarli con mollette, lacca e coda, per evitare che cadano sugli occhi».



e per questo le cambio secondo la tipologia del terreno».

Tra i capi che non ama c'è l'oversize. «L'unica cosa "over" che mi concedo è il kway in caso di pioggia». Ha però individuato, durante gli allenamenti, molte persone con capi che lei non indosserebbe mai: «Il terrore è la domenica quando vado a correre in città o in campagna; ne vedo davvero di tutti i colori e dentro di me dico: "Ma come ti vesti?"». Con titubanza le chiedo allora se le scarpe da corsa sono ammesse fuori dagli allenamenti. Concisa la risposta: «Si usano solo quando si fa attività sportiva».

Presto si accorge che sotto i jeans indosso delle running shoes, così mi offre un suggerimento: «Ecco, se le avessi strassate come le mie (alza i piedi per mostrarmele)... ma come le porti oggi sono troppo seriose».

Meglio glissare, così le chiedo quale sia il suo luogo prediletto per allenarsi: «Central Park, la zona di Camden a nord di Londra, ma anche lungo la Senna a Parigi, poco prima che aprano le bancarelle sui ponti. Amo correre nelle grandi città perché noto dei dettagli che quando viaggio con i mezzi pubblici o in taxi, oppure sono in compagnia, normalmente non percepisco».

Particolari che sa cogliere anche nelle persone, una dote che le ha permesso di creare la sua accademia di stile. «Lo scorso anno

chiosa - ho completato la mia collaborazione con Ermanno Scervino. Ora sono consulente freelance e do lezioni di eleganza a donne non professioniste in tutt'Italia. Il mio sogno, però, è sviluppare un'attività con bambine di 8-12 anni, per insegnare loro a crescere con gusto e creatività». Per l'autunno Carla ha in serbo un progetto speciale, chissà che non riguardi proprio i più piccoli. »

Gozzi in pillole

CARLA GOZZI è nata a Modena il 21 ottobre 1962.

- È sposata con Richard Bryan Datre, medico chiropratico.
- Vive a Castelnovo ne' Monti, un paesino di diecimila anime in provincia di Reggio Emilia.
- Ha corso due maratone di New York.
- Si allena due volte alla settimana.
- È consulente d'immagine e ha fondato la Carla's Academy, impartendo corsi di stile.
- Dal 2008 conduce insieme a Enzo Miccio *Ma come ti vesti?* e dal 2011 *Shopping Night*, entrambi in onda su Real Time.
- Ha un sito e un blog: www.carlagozzi.it.

Proprio come ha fatto lei, che li ha raccolti in uno chignon a prova di bomba, lo stesso che sfoggia nella trasmissione *Ma come ti vesti?*!. Nella vita di tutti i giorni invece com'è la nostra stylist? «Occupandomi di moda, sempre in mezzo alle sfilate, e facendo la consulente d'immagine cerco di vestire in modo ricercato, difficilmente indosso abiti sportivi. E quando lo faccio, come in questo caso, ho sempre qualcosa di femminile che mi contraddistingue».

In effetti indossa un completino che ne esalta le forme, ma che comunque non usa quando corre abitualmente. «Quando mi alleno in genere indosso un top con leggings pesanti, ma soprattutto presto attenzione alle scarpe perché soffro spesso di tendinite

Avon Running: che tour!

L'Avon Running chiude con il botto, facendo registrare nel complesso delle quattro tappe, ben sedicimila partecipanti. In particolare, la fase conclusiva di Milano, che si è svolta all'interno e nei dintorni del Parco Sempione, ha sfiorato le diecimila runners. Un epilogo trionfale per una corsa solidale. L'intero incasso delle quote di partecipazione, infatti, è stato interamente devoluto alla Fondazione Istituto Europeo di Oncologia, a favore di un progetto di ricerca per migliorare la qualità della vita delle donne affette dal tumore al seno. A Giusy Versace, atleta paralimpica e presidente dell'associazione Disabili No limits, il Premio Donna Città, riconoscimento che celebra le donne più rappresentative negli ambiti imprenditoriale, sociale e sportivo. www.avonrunning.it

