



Credits  
Lucas Noon

# La strada per il successo

di Lorenzo Sabatini

Un combattente che non si è mai arreso, fino al successo. **Alessio Sakara**, dalla pratica sportiva calcistica nell'infanzia, passando per il primo vero amore per la boxe, approda alla Valetudo (UFC, *Ultimate fighting Championship*, ndr) fino a diventare uno dei più importanti combattenti nel periodo d'ascesa dell'MMA (Mixed Martial Arts).

Parallelamente diventa popolare anche in tv. Oggi è brand ambassador di Bellator, un'organizzazione di arti marziali miste statunitense, e non perde di vista il focus essenziale: allenarsi.

errato stile di vita o dall'educazione in famiglia. La cattiveria si può gestire in un'altra maniera, e si può far comprendere ai bulli che siamo tutti uguali. Sicuramente il fatto che io pronuncii queste parole, combattendo nelle gabbie per lavoro, ha maggiore presa sugli studenti rispetto al fatto che le pronuncii un professore.

**Parliamo della tua carriera da attore. Come è nata questa seconda vita profes-**

**sionale?**

Cinque anni fa mi chiedevano continuamente di farlo. Avevo altri progetti all'epoca e non mi ci sono dedicato immediatamente. Negli ultimi tre anni, terminati i progetti precedenti, ho iniziato anche questa carriera per far conoscere ancora di più questo sport e poi chissà, quando smetterò di combattere verso i

40 anni, potrò dedicarmi completamente.

**Come ti vedi in futuro?**

Sempre nell'ambito sportivo, sempre "incasinato", preso da tantissimi progetti ed iperattivo come sono da quando sono nato.

**Cosa ti rende felice in questi giorni?**

Le palestre sono aperte e posso allenarmi e scaricare la rabbia.

**Cosa farai dopo la nostra intervista?**

Andrò ad allenarmi come sempre.



**Come ti sei appassionato di MMA?**  
Guardando un VHS. Era il 1999 o il 2000. Vedendo l'UFC mi sono appassionato a questo sport.

**Descriveresti ai nostri lettori la tua routine di esercizi fisici e allenamenti?**  
La routine varia ogni giorno. Non riesco a descriverla in una risposta. Ogni giorno mi alleno 2 volte al giorno per una media di 4-5 ore.

**Cosa ti ha insegnato lo sport?**  
Rispetto per me stesso, per gli altri, disciplina, sacrificio, che niente viene regalato nella vita. Lo sport è educazione alla vita.

**Parlaci del tuo progetto anti-bullismo.**  
Nasce tanti anni fa per far capire alle persone che si può gestire la cattiveria repressa, che può essere causata da un