



D - La Repubblica delle donne
 N. 798- 30 giugno 2012
 Diffusione: 377.212
 Periodicità: settimanale
 Pagine: 74-75
 Dimensione: 100%



GOOD MORNING HATI
Il sole che cace al ritmo di duecento radio libere
GENITORI E FIGLI
Cosa dire ai ragazzi scottati dal primo amore
MARTIN AMIS
A New York mi sento come se tutto accadesse per la prima volta
ESTATE DIVERSA
Itinerari alla ricerca di un salotto profumato

IO GYM LEI JANE

HOME VIDEO
Trent'anni fa, con una videocassetta, la Fonda inventava la ginnastica da salotto. E creava un genere. Abbiamo recensito i classici, più recenti del fitness show

GENERE: BLOCKBUSTER
Pilates - Corso Avanzato con Ana Caban
 durata: 61' circa

GENERE: SERIAL IN UNO
Shape - In forma in 20 minuti
 durata: 20'

GENERE: BLOCKBUSTER
Pilates - Corso Avanzato con Ana Caban
 durata: 61' circa

GENERE: SERIAL IN UNO
Shape - In forma in 20 minuti
 durata: 20'

HOME VIDEO
Trent'anni fa, con una videocassetta, la Fonda inventava la ginnastica da salotto. E creava un genere. Abbiamo recensito i classici, più recenti del fitness show

di Carlotta Magnanini

Il 1982 fu un'ottima annata per muoversi. C'erano Falco e *Der Kommissar*, gli AC/DC e *For Those About The Rock*, i Kraftwerk e *Computer Love*, David Bowie e *Cat People* e i Men At Work di *Down Under* (be', a dirla tutta noi avevamo anche *Ragazzi di oggi*, *Bambino Pinocchio*, *Aummo aummo* e il *Ballo del qua qua*). Senza contare che, nel 1982, a scuotere i fondoschiene scese in campo perfino una che con la musica non c'entrava nulla. Era un'attrice, era Jane Fonda e il suo "brano" durava 60 minuti su Vhs. *Jane Fonda's Workout*, il primo del genere, vendette milioni di copie, come il libro di esercizi che lo precedeva (nell'edizione italiana, *Il mio primo libro di aerobica* aveva la copertina fucsia, e le lunghissime gambe dell'attrice 45enne sforbiciavano in scaldamuscoli). Altro che femminismo e guerra del Vietnam: quello fu il gesto più rivoluzionario di Barbarella. Oggi le contaminazioni tra le svariate attività dei famosi sono routine, ma che, trent'anni fa, una star del cinema scendesse dai set per infilarsi in calzamaglia e sudare, invece che fare quello per cui era pagata, era rivoluzionario. Così come l'operazione commerciale di utilizzare un supporto da divano come un videoregistratore per divulgare la cultura del fitness. Ci voleva un testimonial, è evidente. Non si spiega altrimenti l'anonimato a cui il mondo relegò le fatiche del povero Jack LaLanne, "godfather" del fitness, idolo del governatore Schwarzenegger, nonché coach di sessioni tv nell'epoca (jurassica) degli anni 50. Come lui, oggi sono milioni gli anonimi video-guru. Solo che guadagnano molto di più. Baciati dalla diffusione pop di home video e dvd (e tutorial su YouTube), hanno moltiplicato un business hollywoodiano. Non a caso, la distributrice in Italia di questo genere di video casalinghi si chiama **Cinehollywood**, e con la li-

nea GAIAM/The Firm ha venduto 300mila copie di dvd, 13-14mila per ogni bestseller. Forse è il caso di fare ordine, di catalogarli, trattarli con il decoro di un vero e proprio cinegenere (anche se il suo pubblico, in body e tute di cinghia, è tra i più indecorosi).

GENERE: BLOCKBUSTER
Pilates - Corso Avanzato con Ana Caban
 durata: 61' circa

Lo compri (a 12,99 euro) perché la copertina è rassicurante. Oltre al fatto che ti fa recuperare gli ultimi 15 anni in cui il Pilates era di moda e magari tu non te lo sei mai filato. Ana Caban - di mezzobusto, intenta a faticare sugli obliqui come stesse stappando una bottiglia di chardonnay di Napa Valley - non è né troppo giovane, né troppo vecchia; né troppo bionda né troppo mora. Di quelle insomma che ti dimentichi appena premi Off. Ma i suoi esercizi avanzati te li ricordi anche il giorno dopo. Infatti, scricchioli. Sarà perché la coreografia è sincopata, la sceneggiatura incalza, i cut impazzano, con il risultato è che ti senti soldato Benjamin su un ponte tibetano. È un problema di adattamento: la Caban ha infatti voluto strizzare il suo know how di una vita da docente in manco un'ora, che è un po' come voler strizzare la scenografia del suo deserto californiano nel soggiorno di casa nostra.

Regia: 5
 Successo di pubblico: 7
 Se ti è piaciuto, compra anche: "Allenamento Zumba Fitness", 4 dvd (Media-shopping)

GENERE: SERIAL IN UNO
Shape - In forma in 20 minuti
 durata: 20'

Quale prodigio dell'animatronica muove la coreografia di Elise Gulan? A 12,90 euro pensi di aggiudicarti un 3x1 (toni-

ficazione, cardio training e accelerazione del metabolismo), in realtà ottieni un bignamì fitculturale che è come assistere al *Padrino* parte I, II e III, girati alla Ridolini in 20 minuti. Tanto dura la prima parte di "Interval Training" che prepara alle 4 successive di 10' l'una, scomponibili come i telefilm di *House*. Non importa in che ordine li segui, tanto il plot di ogni puntata non resta mai aperto, la cura si trova sempre. Non per la bionditudine saputella dell'implacabile Gulan, a cui, peraltro, non si possono imputare scialacqui: né in trovarobiere, né per i costumi (canotte fucsia e fuseaux color rat musquiat per tutto il cast delle tre signorine), né per la scenografia (è tutto girato nella sobrietà di una palestra verde oliva).

Regia: 7
 Successo di pubblico: 6
 Se ti è piaciuto, compra anche: "Lotta ai punti critici" (Cinehollywood)

GENERE: D'AUTORE CON UN PO' DI HOLLYWOOD
Yoga con Rodney Yee e Mariel Hemingway
 durata: 60'

L'ennesimo prodotto di un genere nel genere: "Sudo anch'io" o "Le lezioni dei famosi". Se negli anni 80 non avevate ancora l'età per fare Jane Fonda, negli anni 90 l'avevate per Cindy Crawford. E così via, i vip da camera abbondano nelle videoteche degli stolti. For-



D - La Repubblica delle donne

N. 798- 30 giugno 2012

Diffusione: 377.212

Periodicità: settimanale

Pagine: 74-75

Dimensione: 100%



IO GYM LEI JANE

HOMIE VIDEO
Trent'anni fa, con una videocassetta, la Fonda inventava la ginnastica da salotto. E, proprio in un genere, abbiamo recensito i classici, più recenti del fitness show.

GENERE: BUDOGRAFFER
Pagine: 74-75
Autore: Luca Maresca

GENERE: IN FAMIGLIA
Pagine: 74-75
Autore: Luca Maresca

GENERE: SERIAL IN LINE
Pagine: 74-75
Autore: Luca Maresca

PILATES
L'attrice Jane Fonda, classe 1937, debuttava nel 1982 in videoteca: non con un film, ma con il Vhs di aerobica Jane Fonda's Workout. Accanto, le copertine dei dvd di queste pagine.

GENERE: NARCOSIRE
Pagine: 74-75
Autore: Luca Maresca



L'attrice Jane Fonda, classe 1937, debuttava nel 1982 in videoteca: non con un film, ma con il Vhs di aerobica Jane Fonda's Workout. Accanto, le copertine dei dvd di queste pagine.

se, ancor prima di Jane, la colpa è stata di David Carradine, che dava lezioni marziali nell'oggi introvabile Vhs *David Carradine Tai Chi Workout*. Come lui, altre celebrities guardano a Est. Mariel Hemingway, con un video da 12 euro e 90, lancia un messaggio rassicurante per chi non vuole farsi intimorire da modelli (piuttosto modelle) irraggiungibili. La nipote di Ernest, a 51 anni, lo fa supportata da Rodney Yee, professionista più attento, che veglia su di noi nella sceneggiatura e sincronizzazione. Quella dei movimenti non può non riuscire, almeno un po', anche a chi, dicendo yoga, pensa a un succo di pera.

Regia: 8
Successo di pubblico: 7
Se ti è piaciuto, compra anche: "Geri Halliwell, Yoga per tutti" (Cinehollywood)

GENERE: IN FAMIGLIA
Cardio dance con Trudie Styler
durata: 45'
E dopo il genere nel genere fit de "Le lezioni dei famosi", un'altra nicchia:

"Le lezioni delle mogli dei famosi". Qui la signora Sting ci dà dentro con l'aerobica, per l'occasione rinominata "cardio dance", giusto per spolverare quelle ragnatele al sensor di scaldamuscoli e fascette in spugna fluo anni 80. La produzione ha inserito nei 45 minuti di prodotto anche un bell'easter egg: 30 minuti di "mobilizzazione a terra", che non detto così sembra una roba violenta, in realtà è un extra praticamente regalato. Anche la colonna sonora che ritma la coreografia, firmata da - toh, ma guarda - Gordon Sumner, il signor Styler-Sting. Tutto in famiglia, insomma: compresa la location (quella ha tutta l'aria di essere la loro villa a Figline Valdarno) e il ballerino preso in prestito alle cucine.

Regia: 6
Successo di pubblico: 8
Se ti è piaciuto, compra anche: "Davina McCall: Ultimate Target" (Zentertain) ("Non era la moglie, ma con Eric Clapton la relazione fu mediaticamente proficua in Uk).

GENERE: HARDCORE
Warm Up With Traci Lords
durata: 49'
Risale al 1990 questa chicca per intenditori di fitness sessualizzato, una nicchia di tutto rispetto nel mare magnum di dvd a tema movimento. Anche se la protagonista è niente meno che Traci Lords, pornodiva imprenditrice degli anni 90, negli esercizi non è c'è nulla di pornografico. Se mai, di sessualizzato. Ovvvero eroticamente improbabile. Il che è davvero osé: mi-schiare con il sesso una cosa poco sexy come la goffa esecuzione di slanci laterali produce un effetto surreale come un film di Buñuel. Ma forse è meno noioso.

Più espliciti i dvd ideati dal pornofotografo Ron Harris, dai titoli esaustivi: *Pure Nude Yoga* per i più riflessivi, *Totally Nude Ball Balance Workout* per gli amanti della palla o, più in generale, per gli amanti di tutto un altro genere. *Se ti è piaciuto, compra anche: "Totally Nude Aerobic" (J2 Communications).*