L’ARTICOLO:

Alessandra Menaglio domina l'Italy’s Strongest Woman Under 64kg ed ottiene il pass per i Mondiali USA 2027

VICOPISANO (PI) – Una giornata di sport e potenza pura ha incoronato la sua regina a Vicopisano (PI). Lo scorso 17 ottobre 2026, il Palasport Vladislovic ha ospitato l’**Italy’s Strongest Woman** per la categoria **Under 64kg**, mettendo in palio un pass pesantissimo per i Campionati Mondiali di Official Strongman 2027 negli Stati Uniti. A staccare il biglietto per l'America è stata la valtellinese **Alessandra Menaglio** (classe 1992, da Chiuro), dominatrice incontrastata di giornata con un totale di **29 punti**.

La competizione si è dipanata attraverso cinque prove massacranti che hanno richiesto forza massimale, esplosività e resistenza.

La battaglia dello Stacco da terra: Fin dal primo evento, il *Barbell Deadlift Ladder*, Menaglio ha dettato il ritmo scegliendo la fascia di carico più elevata (170kg) e chiudendo le prime 3 alzate in appena 7.75 secondi. Subito dietro, nella prima frazione, si sono piazzate Lucilla Martini (10.57s) e Caterina Bonanzi (32.97s), entrambe sulla fascia da 130kg. La seconda prova, la *Loading Race*, ha visto l’atleta Sondriese confermarsi al vertice con il tempo di 43.19 secondi, seguita da una solida prova di Lucilla Martini che ha coperto 30 metri di distanza completando il trasporto di 3 dei 4 oggetti da trasportare (60, 68, 90 e 90kg ognuno).

L'allungo di metà gara e la prova di forza sull'Axle: La terza prova, l'*Apollon Axle Lift Ladder*, ha riproposto il duello sui carichi medio-alti (60kg): Menaglio ha chiuso le 3 ripetizioni con un tempo strepitoso di 16.69 secondi, consolidando la vetta. Alle sue spalle si sono distinte Lucilla Martini (33.88s) e Daniela Zani (40.78s). Il quarto evento, la temutissima *Conan’s Wheel* con 100 kg di carico, ha regalato spettacolo puro: Caterina Bonanzi ha impressionato coprendo la distanza record di 3 giri e 285 gradi (validi per la vittoria della prova), mentre la Menaglio ha gestito il vantaggio chiudendo con 2 giri e 285 gradi, mantenendo la testa della classifica generale.

Il trionfo finale con le Atlas Stones: Il verdetto definitivo è arrivato con l'ultima prova, l'*Atlas Stones’ Wall*. La scalata delle sfere di cemento ha visto la Menaglio compiere un vero capolavoro: sollevamento in sequenza di tutte le pietre fino alla imponente palla da 120 kg in 22.83 secondi.

Alle spalle di una stratosferica Alessandra Menaglio (1ª con 29 punti), la classifica finale ha visto un podio d'altissimo profilo:

- **2° Posto:** Lucilla Martini (Pro, da Parma) con 24 punti, autrice di una gara regolare e di grande spessore tecnico (tra cui 30 metri nel Loading Bag e il sollevamento fino alla stone da 100kg).
- **3° Posto:** Caterina Bonanzi (Pro, da Ravenna) con 16.5 punti, protagonista di un'ottima progressione soprattutto nella prova del Conan's Wheel.
- **4° Posto:** Daniela Zani (Rookie, da San Mauro Pascoli) a quota 15.5 punti.
- **5° Posto:** Elisa Gasparro (Rookie, da Borgiallo) con 10.5 punti.

- **6° Posto:** Mavi Gentile (Novice, da Milano) con 9.5 punti.

Una giornata memorabile che la Valtellinese riesce a completare con maestria dopo le difficoltà incontrate poche settimane prima all'Europeo, dove uno svenimento nella seconda parte di competizione, l'aveva fatta scendere da una straordinaria possibilità di vittoria del titolo continentale fino ad un sesto posto (ad una manciata di punti dal podio), che rimane comunque uno straordinario risultato. La fresca campionessa Italiana sarà di nuovo chiamata a difendere i colori azzurri tra pochissimi giorni ad Ocala, in Florida, dove tra il 20 ed il 22 Novembre si terranno i mondiali 2026.

Si aggiudica la categoria Open femminile, la 28enne Pugliese d'origine (da Bari) ma residente a Parma, **Isabella Caputo,** protagonista di una finale di altissimo livello.

W. U64

1° Barbell Deadlift. **3 Reps + For Reps| (60s).**

Carichi da scegliere: 90-130kg N. e M. e R. e P| 130-170kg R. e P.| 170-210kg R. e P.

Cognome Atleta.	Carico Scelto	Intertempo 3 R.	Reps Totali	Punti P.	Posizione P.	Punti P.1
Gentile	90-130	10.78	3/0	1	6	
Gasparro	90-130	9.09	3/0	2	5	
Zani	130-170	20.22	3/0	4	3	
Martini	130-170	10.57	3/0	5	2	
Menaglio	170-210	7.75	3/0	6	1	
Bonanzi	130-170	32.97	3/0	3	4	

2° Evento: Loading Bag. **Minimum Time/ Distance (10+10+10+10m / 60s).**

Sand Bag 60 kg |Cube Bag 68kg |Sand Bag 90 kg|Husafell Bag 90kg

Cognome Atleta.	Carico Bag	Distance	Time	Punti P.	Posizione P.	Punti P.1+2.
Gentile		20		2.5	3	1+2.5=3.5
Gasparro		20		2.5	3	2+2.5=4.5
Bonanzi		20		2.5	3	3+2.5=5.5
Zani		20		2.5	3	4+2.5=6.5
Martini		30		5	2	5+5=10
Menaglio			43.19	6	1	6+6=12

3° Evento: Apollon Axle Lift. **3 Reps + For Reps| (60s).**

Carichi da scegliere: 40-60 kg N. e M. e R. e P|60-80 kg R. e P.|80-100 kg R. e P.

Cognome Atleta.	Carico Scelto	Intertempo 3 R.	Reps Totali	Punti P.	Posizione P.	Punti P.1
Gentile	40-60	35.13	3/0	1	6	3.5+1=4.5
Gasparro	40-60	23.91	3/0	2	5	4.5+2=6.5
Bonanzi	40-60	21.21	3/0	3	4	5.5+3=8.5
Zani	60-80	40.78	3/0	4	3	6.5+4=10.5
Martini	60-80	33.88	3/0	5	2	10+5=15
Menaglio	60-80	16.69	3/0	6	1	12+6=18

4° Evento: Conan's Wheel. **Max Reps/Time.**

Carichi da scegliere: 50 kg|75 kg|100 kg

Cognome Atleta.	Carico Scelto	Distanza Eseguita	Punti P.	Posizione P.	Punti P.1+2+3+4.
Gentile	100	1+180°	2	5	4.5+2=6.5

Gasparro	100	1+190°	3	4	6.5+3=9.5
Bonanzi	100	3+280°	6	1	8.5+6=14.5
Zani	100	1+50°	1	6	10.5+1=11.5
Martini	100	1+300°	4	3	15+4=19
Menaglio	100	2+285°	5	2	18+5=23

5° Evento: Atlas Stone Ladder. **Minimum Time|Reps/Time (60s).**

Cognome Atleta.	Sollevamenti Eseguiti e Time.					Pu.P.	Posizione P.	P.P.1+2+3+4+5.
	67kg	80kg	100kg	120Kg	140kg			
Gentile	6.46	20.76				3	4	6.5+3=9.5
Gasparro	8.02	22.28				1	6	9.5+1=10.5
Zani	5.76	20.35				4	3	11.5+4=15.5
Bonanzi	8.53	21.06				2	5	14.5+2=16.5
Martini	4.70	10.88	33.48			5	2	19+5=24
Menaglio	2.64	6.62	12.71	22.83		6	1	23+6=29

Classifica Finale

Cognome Atleta	Nome Atleta	Body W.	Squadra.	Tess.	Punti Totali	Posizione Finale
Gentile	**Mavi**	63.5	\	Novice	9.5	6
Gasparro	**Elisa**	62.7	\	Rookie	10.5	5
Zani	**Daniela**	62.7	Alfa	Rookie	15.5	4
Martini	**Lucilla**	58.9	\	Pro	24	2
Menaglio	**Alessandra**	63.6	\	Pro	29	1
Bonanzi	**Caterina**	57.5	Midland	Pro	16.5	3