



Avvocato di Milano, Salvatore Trifirò a 91 anni è medaglia d'oro nei 60 metri ai Campionati italiani indoor master. Sveglia all'alba, allenamento, lavoro e mai voltarsi indietro, ma avere sempre un obiettivo: vincere si può. A qualsiasi età

Salvatore Trifirò, ritratto nel suo studio legale Trifirò & Partners di Milano, mostra la medaglia d'oro che ha conquistato ad Ancona e che lo laurea campione italiano nei 60 metri indoor categoria Master 90. A destra, è ritratto in «divisa»: giacca e sneaker, che suggeriscono la sua attitudine allo sport e al movimento: l'avvocato ha anche la passione per il ballo.



L'ORO *del* FORO

DI VALENTINA CERIANI
FOTO DI LAILA POZZO

NON FERMARSI MAI. NÉ FISICAMENTE NÉ CON LA MENTE. PER SALVATORE TRIFIRÒ, AVVOCATO DEL FORO DI MILANO, QUESTO È L'ELISIR DELLA SUA GIOVINEZZA. Il segreto che gli permette di conquistare la medaglia d'oro ai Campionati italiani di Ancona (9-12 marzo): primo nei 60 metri. Salvatore Trifirò all'età di 91 anni rende onore alla maglia italiana nella categoria Master 90, aggiudicandosi l'oro. «Una bella sorpresa», racconta l'avvocato. La cronaca dell'impresa lo vuole in quarta corsia dirigersi verso il traguardo, la vittoria, sorridente: «Come ha sottolineato la speaker, in dirittura d'arrivo io ho sorriso, perché per me era una novità: la medaglia d'oro! Quando ho visto che dietro di me non c'era nessuno, ho iniziato ad assaporare la vittoria. Ho tirato un lungo respiro e poi via dritto verso il traguardo. Una bella emozione. È stato come respirare l'aria della giovinezza». Nato e cresciuto a Barcellona di Sicilia, Salvatore Trifirò non nasconde che, se lo avesse saputo... gli sarebbe piaciuto iniziare prima a correre, anche da ragazzo e, invece, ha cominciato solo sei mesi fa. Sei mesi fa? L'oro vinto così è ancora più prezioso!

«Ricordo che giocavo a pallone, facevo il portiere, mi sembrava di volare». Ed è così che correndo, l'avvocato ha riassaporato quella sensazione, cui si aggiungono quelle di libertà, leggerezza, il liberare la mente: «La corsa ti permette di lasciarti tutto alle spalle, di non pensare a niente se non solo ad andare e andare. La vita è tutta una corsa, ma quella di cui parlo io è ben diversa, non è una corsa affannata, è una liberazione». E quando non indossa i panni di avvocato è un po' quello che lui ricerca in tutto ciò che fa, per esempio nel ballo, gli piace molto ballare, ma il suo è sempre un ballo improvvisato: «Entro nella musica, cerco di viverla, cogliendo quella leggerezza che arriva dai passi e dai movimenti, mi lascio trasportare. Se penso alla corsa, ecco, mi fa sentire allo stesso modo». Se ci si aggiunge un po' di sana competizione e una certa attitudine

all'attività fisica, complice una buona forma, ecco perché l'oro era scritto. Del resto l'avvocato Trifirò nella sua vita, rivela, ha sempre cercato di essere il primo, per esempio come quando arrivò a Milano e agli esami fu il primo su 3mila avvocati. E siccome c'è sempre una prima volta, quella che non si dimentica mai, anche per lui vale la stessa cosa: «Avevo quattro anni, ero in prima elementare, perché ero andato a scuola a quell'età, e vinsi la mia prima medaglia d'oro come il più bravo della classe. Eravamo nel '35, 88 anni dopo ho vinto un altro oro».

Il talento di Salvatore Trifirò naturalmente non lo si misura solo in pista, ma anche nella sua capacità di conciliare lavoro, allenamenti e gare... «Il lavoro viene prima di tutto, è la base, è importantissimo. Quindi, per non sottrargli tempo, sveglia all'alba, alle 5.30, alle 6 sono già operativo, leggo i giornali, controllo le mail e alle 7 sono pronto per l'allenamento, che inizia sempre con lo stretching e il riscaldamento, con il mio trainer. Due volte la settimana mi alleno all'Arena Civica». A questo punto, viene spontanea la domanda: ma avvocato, come si fa ad arrivare così, come lei, a 91 anni? «Il segreto è non fermarsi mai, non guardare mai indietro, ma sempre al futuro. Avere sempre un obiettivo, come quando da piccoli si aspettava l'estate impazienti per andare in vacanza. Nuovi progetti, che siano una casa, una barca, una macchina...». Ma anche una nuova gara: il 29 marzo, a Toruń, Polonia, per i Campionati mondiali master indoor. Con il traguardo di un bis iridato: «Ha vinto l'atleta giapponese, bravissimo, pratica questo sport da sempre... Io ho migliorato di 10 decimi rispetto al titolo di Campione d'Italia e sono quarto al mondo», racconta Trifirò al rientro dalla Polonia. «Sono partito il 28 con l'aereo, prima avevo degli appuntamenti di lavoro, poi il 29 alle 9.15 mi sono presentato per la gara e, finita, sono ripartito subito per Milano, perché il pomeriggio avevo degli appuntamenti in studio. Sa cosa si diceva una volta? Mens sana in corpore sano... Ecco, non bisogna fermarsi mai né con il corpo né con la mente».

vi progetti, che siano una casa, una barca, una macchina...». Ma anche una nuova gara: il 29 marzo, a Toruń, Polonia, per i Campionati mondiali master indoor. Con il traguardo di un bis iridato: «Ha vinto l'atleta giapponese, bravissimo, pratica questo sport da sempre... Io ho migliorato di 10 decimi rispetto al titolo di Campione d'Italia e sono quarto al mondo», racconta Trifirò al rientro dalla Polonia. «Sono partito il 28 con l'aereo, prima avevo degli appuntamenti di lavoro, poi il 29 alle 9.15 mi sono presentato per la gara e, finita, sono ripartito subito per Milano, perché il pomeriggio avevo degli appuntamenti in studio. Sa cosa si diceva una volta? Mens sana in corpore sano... Ecco, non bisogna fermarsi mai né con il corpo né con la mente».



Sopra, la maglietta con cui Salvatore Trifirò si è aggiudicato la medaglia d'oro. All'interno del suo studio legale c'è una divisione sportiva cui partecipano gli avvocati dello studio, che si occupa di maratona e calcio: per Trifirò lo sport è importantissimo, come disciplina sia ginnica sia di vita. A destra, è sul terrazzo del suo studio che affaccia sul Tribunale.

