

Curriculum Mara Montano

Mi sono avvicinata al mondo delle palestre, per curare la forma fisica, nel 1985. In seguito ho scoperto la passione e la predisposizione per la pesistica, in particolare per le alzate di potenza. Dopo aver vinto, con relativa facilità, una gara sociale nella palestra in cui praticavo, decisi di provarci sul serio ed iniziai la preparazione in vista di una “vera gara”. Scelsi la FIPL, da sempre federazione più forte della specialità, dove gareggiavano gli atleti migliori. Dopo una serie di vittorie in ambito nazionale, e soprattutto dopo aver stabilito i record italiani di peso, tutt’ora in vigore, fino a 44 Kg e da 44 a 48 Kg (Specialità di Distensione su Panca), decisi di cimentarmi in ambito internazionale, conquistando nel 2002 il 2° posto agli Europei a Praga ed il 1° posto nel 2006 agli Europei svolti a Trento (FIPL). Nel 2007 mi sono qualificata al 1° posto, con record, nei Mondiali svolti a Pescara con la WDFPF.

Nel 1990 mi sono avvicinata alle discipline orientali appassionandomi alla pratica del Ki Aikido e continuando con cura e dedizione tutt’ora, con il grado di 3° Dan e l’abilitazione ad insegnare.

Attualmente ho abbandonato l’agonismo delle alzate di potenza per confrontarmi col mondo del ballo. Nella specialità del ballo Latino Americano, insieme a mio marito, abbiamo vinto svariati trofei qualificandoci al 1° posto ai Regionali e, nel giugno 2009, abbiamo ottenuto il 1° posto nella categoria amatoriale nei Campionati Italiani svolti a Rimini.