

# MUSCLE NEWS

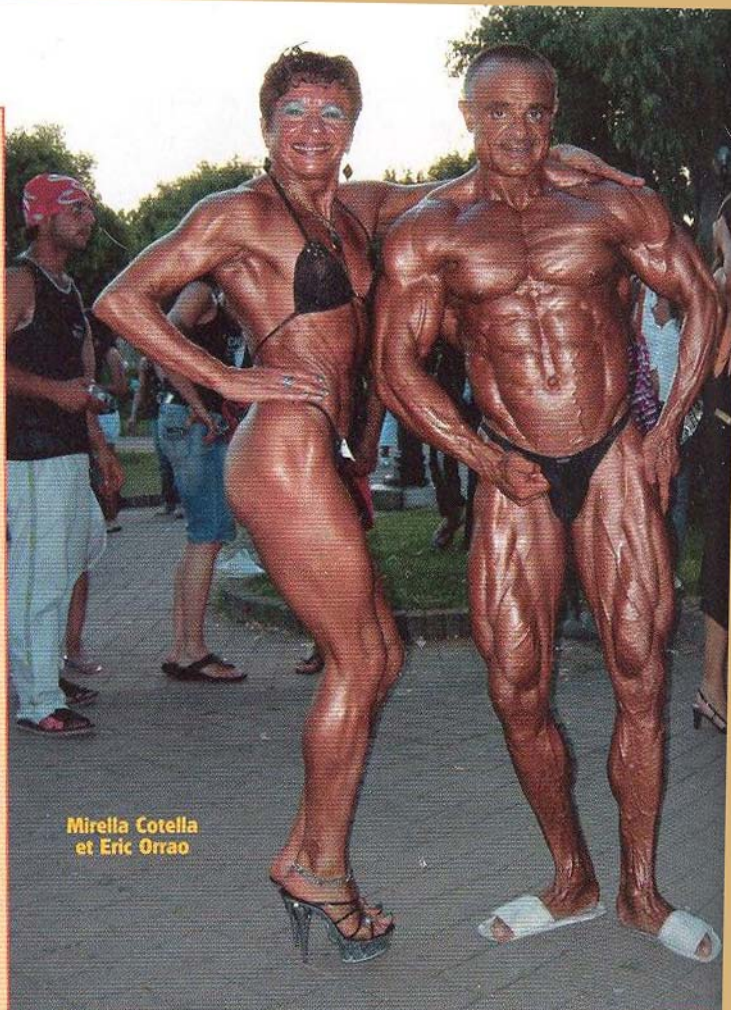


## UN COUPLE ITALIEN LECTEUR DU MONDE DU MUSCLE

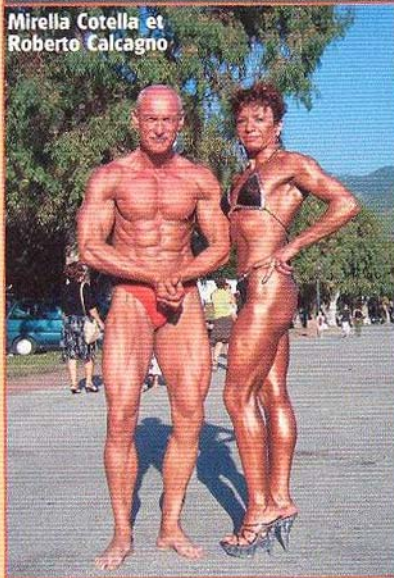
Toujours jeune, le couple italien **Roberto Calcagno** (53 ans) et **Mirella Cotella** (52 ans) a consacré sa vie à la remise en forme et au bien-être.

Roberto est docteur en sciences motrices au Centre d'études des sciences motrices, co-auteur du livre « L'alimentation gagnante », qui fut adopté par l'ISEF (Institut supérieur d'éducation physique) de Turin, université auprès de laquelle il a été consultant externe jusqu'en 2000. Roberto est aussi doyen aux cours nationaux des instructeurs et entraîneurs pour la promotion Fit One de Milan (le CSEN) et consultant de zone diplômé par Barry Sears (docteur biochimiste, spécialiste de l'insuline, auteurs des livres Le régime des stars, Le régime anti-inflammatoire, Les recettes du juste milieu dans votre assiette, Le régime omega, Le juste milieu dans votre assiette... soit plus de 5 millions de lecteurs, et coach alimentaire de Madonna, Meg Ryan, Brad Pitt, George Mickael, Demi Moore...). Roberto Calcagno est aussi consultant en entraînement et en alimentation pour différentes salles de fitness et magasins de compléments alimentaires, tout en collaborant à des magazines italiens comme « Cultura Fisica » et la « Palestra ». Dans le passé, il a également écrit pour « Body's Magazine » et « Universo Nabba ». Entre 1987 et 2000, Roberto a été responsable de la fédération NABBA pour les régions Piémont-Ligure et Val D'Aoste, puis est devenu président du Comité scientifique national, ainsi que juge international, toujours pour la NABBA. Préparateur physique, mais aussi champion régional du Nord de l'Italie et d'Italie chez les vétérans, il a été sacré champion du monde vétérans, second au Monsieur Univers vétérans, et 1<sup>er</sup> au Grand Prix John Grimek IBFA 2008. Roberto a entraîné de nombreux athlètes dans diverses disciplines, et dans le domaine du body-building, il a mené à la victoire de nombreux athlètes sur le plan national et international.

Sa compagne, Mirella Cotella, est elle aussi co-auteur du livre « L'alimentation gagnante », en italien « L'alimentazione vincente » et doyenne aux cours national des instructeurs de body-building et fitness. Sa carrière de compétitrice en musculation a débuté en 1984 et dès 1987, elle a remporté son championnat régional et une demi-finale Nord NABBA. En 1988, elle est montée sur la troisième marche du podium du championnat italien NABBA. En 1993, c'est le titre natio-



Mirella Cotella et Eric Orrao



Mirella Cotella et Roberto Calcagno



Roberto Calcagno

© Photothèque Roberto et Mirella