

INTRODUZIONE

La storia che mi appresto a raccontare sulla figura, o meglio sull'icona di Franco Menichelli, ginnasta romano che più di ogni altro ha reso grande questa disciplina sportiva tanto difficile da praticare ad alti livelli, parte come da migliore tradizione da alcune brevi considerazioni e da alcuni dovuti ringraziamenti.

È stata una scommessa, per un giovane trentatreenne, quella di cimentarsi nel racconto di un atleta che nel 1972 fece la sua ultima apparizione sulle scene da agonista. Avevo un anno, non avevo ancora facoltà di parola tanto meno camminavo, figuriamoci se potevo sapere chi fosse Menichelli o la ginnastica artistica. Una scommessa ma anche una piccola impresa perché la difficoltà nel reperire materiali di una disciplina sportiva poco “amata” dagli italiani della mia generazione e poco considerata dai mezzi di comunicazione di massa (o di messa, visto che il religioso silenzio che c'è da anni sulla ginnastica ed altre discipline sportive fa pensare più ad una sacra funzione che ad un'amplificazione dell'accaduto) è stata notevole.

Così come, sempre per un fatto generazionale, le testimonianze raccolte sono frutto del prezioso aiuto di un grande amico “over 70” conosciuto e stretto al cuore, proprio in occasione della stesura di questo libro: Franco Milani. Senza i suoi ricordi, lucidi e minuziosi, i suoi suggerimenti, i suoi amici, la sua grinta e passione per la ginnastica e per lo sport in generale, molte delle pagine che seguono sarebbero rimaste in bianco. Difficile anche reperire informazioni dalla fonte primaria. Franco Menichelli, un gentiluomo dello sport (e nella vita), che non ha mai amato le luci della ribalta, quando fresco di oro olimpico così come oggi, non si è voluto sottoporre approfonditamente a sessioni di setting psicologico per ricordare tutti, proprio tutti, i suoi grandi successi. Non fraintendete, nessuna ostilità nei confronti di chi sta facendo il suo mestiere, solo questione di carattere e stile di vita. E proprio questo mi ha fatto apprezzare ancor di più colui per il quale ho trascorso qualche mese ad indagare, intervistare, ricercare. Un ringraziamento, non di facciata, va a Franco Menichelli perché nel poco tempo concessomi mi ha dato i giusti input per trovare il filo rosso che unisce le varie parti di questo libro.

Altre due persone però sono state altrettanto preziose per chiudere questo volume. Augusto Frasca, “il maestro”, i cui consigli preliminari sull'impostazione di un libro, con soggetto uno dei più grandi sportivi della storia italiana e mondiale, sono stati pre-

ziosi e decisivi (anche se poi ne ho seguiti meno di quelli che mi aveva affettuosamente dato). Infine, Valerio Piccioni, giornalista della Gazzetta dello Sport, sempre vicino a chi, giovane, deve ancora imparare molto nell'arte dello scrivere, di sport o altro, con consigli e suggerimenti preziosi, ma soprattutto con la forza mentale che trasmette, in ogni occasione d'incontro, per convincere se stessi che scrivere si può, ancora, per il solo gusto di farlo. Un ringraziamento va anche a Nicola Melillo, giornalista della Gazzetta dello Sport, per l'aiuto fornitomi nelle ricerche storiche su Franco Menichelli.

Oltre loro però, il merito principale dell'uscita di questo libro è dell'editore, Riccardo Viola, che, nonostante fosse cosciente di non poter girare in Ferrari con i soldi guadagnati dalla vendita di questo libro, ci ha creduto ugualmente e mi ha dato l'opportunità di realizzarlo.

7 - Comunque ci provo: e arriva la prima vittoria in azzurro

Ci eravamo fermati al periodo della ginnastica come mezzo per stare insieme ad altri amici e compagni di gioco. Franco Menichelli però dopo l'impatto con il metodo, con le fondamenta della disciplina, non mollò. Chissà se madre natura gli avesse concesso qualche centimetro in più, magari sarebbe diventato un buon terzino o un mediano e avrebbe potuto fare coppia con il fratello Giampaolo. Ma perché continuiamo a parlare di calcio se stiamo raccontando le gesta del più grande ginnasta che Roma (e l'Italia, se consideriamo quello che la Federginnastica riporta nella lista ufficiale dei migliori ginnasti di tutti i tempi) abbia mai avuto? Perché è anche dalla mancata fortuna nella disciplina calcistica che è uscito fuori il Menichelli olimpionico.

“Quando iniziai a frequentare l'Associazione Ginnastica Romana, mi piaceva sfogare le mie costanti voglie di movimento sugli attrezzi. Nonostante ciò, fino a quindici sedici anni, alternavo la ginnastica al calcio. Non c'era niente da fare, il pallone era la cosa più bella che si aveva allora da fare nel tempo libero”.

Dunque, quando prese coscienza delle proprie potenzialità il piccolo atleta del Trionfale? I primi risultati di un certo interesse nazionale arrivarono nel '55-'56. Prima di allora, qualche piazzamento a livello regionale e provinciale tanto per prendere confidenza con il podio.

“In ambito regionale andavo abbastanza forte e qualche volta vincevo anche le gare. Però avevo un handicap che non mi faceva decollare. Ero troppo basso di statura e in alcune specialità non potevo arrivare più di tanto”.

Insomma, per il calcio era troppo piccolo così come per la ginnastica, almeno per alcune specialità. Nessun futuro nello sport per Franco Menichelli? Invece no. Come accade il più delle volte nella mente degli adolescenti, lo spirito di rivalità nei confronti di un coetaneo, soprattutto nello sport, è una buona medicina. Nel suo caso, tale Guidarelli fu la prima vera molla che fece saltare più in alto e meglio di tutti il ginnasta d'oro degli anni '60.

“Mi ricordo che nei primi periodi in cui gareggiavo c'era un ginnasta della mia età, Guidarelli, che gareggiava per i colori della Borgo Prati. Ad ogni gara regionale me lo ritrovavo nella mia categoria ed era sempre davanti a me alla fine delle prove. Nella mia testa scattò la molla del perdente che non si vuole dare per vinto. Più mi batteva e più avevo voglia di superarlo. Nel '56 finalmente ci riuscii e per me fu come una sorta di passaggio di testimone. Dopo qualche mese lui smise di praticare la ginnastica mentre io proseguii. Fu allora che diventai atleta di interesse nazionale anche se a dire la verità io credo di esserlo diventato per caso”.

Nel '57, a soli sedici anni, arriva la prima convocazione della carriera per un raduno azzurro. E che convocazione perché fu Romeo Neri a chiamarlo in azzurro. Neri, allora tecnico della Federazione per le squadre nazionali, ci vide lungo, nonostante Menichelli sia convinto che l'azzurro si stampò per caso sulla sua pelle. Quell'anno c'era bisogno di tirar su una squadra giovanile per un incontro internazionale di alto livello. A Bologna era in programma una sfida Italia-Jugoslavia. La scuola italiana a confronto con quella dell'Est. Perché allora, l'ormai ex Jugoslavia, era un Paese dell'Est, dove lo sport era, ed è ancora oggi, una questione di orgoglio nazionale. Nella terra di Neri, l'Emilia Romagna, l'enfant prodige era chiamato, se avesse convinto i tecnici durante il collegiale, al debutto internazionale, ovviamente da juniores. Il colpo gli riuscì e fu doppio. Convocazione azzurra e l'incontro con un maestro che fu determinante per la futura carriera olimpica: Aldo Monetti. Ginnasta azzurro anche lui, fece parte della selezione nazionale per i Giochi Olimpici del '32 a Los Angeles. Collaboratore di Romeo Neri, nel raduno alla scuola di ginnastica di Capannelle dove Menichelli indossò la divisa azzurra per la prima volta, era a stretto contatto con lui tanto da dirgli *“se questo ragazzino fa bene queste due specialità (Monetti si riferiva al corpo libero e al volteggio, nda) perché non lo portiamo con noi così porta due punteggi sicuri alla squadra”*.

Per essere così convinto dei mezzi di Menichelli, almeno nelle due specialità, da suggerire al maestro Neri di convocarlo per l'incontro contro la Jugoslavia, sicuramente doveva aver osservato molto bene fin dai primi esercizi il neo convocato. Questo il pensiero di Monetti, condiviso in seguito da Neri, ma Menichelli cosa pensava della sua ginnastica in quel periodo?

“Feci questa selezione a Capannelle con la Nazionale juniores. Ricordo bene che ero giovanissimo e sapevo con certezza di non avere un minimo di speranza di far parte della sfida contro la Jugoslavia. Però ero cosciente di fare bene almeno nel corpo libero e nel volteggio. Fortunatamente riuscii nella doppia impresa. Quella della convocazione per l'incontro e quella di portare i due punteggi alla squadra”.

Quella prima volta in maglia azzurra filò tutto liscio come nelle belle favole. Neri condivise appieno il pensiero di Monetti e portò con sé a Bologna Franco Menichelli come componente della selezione azzurra che doveva affrontare la Jugoslavia. Il ginnasta romano ripagò la fiducia del grande maestro nel migliore dei modi. Portò i due punteggi e l'Italia vinse il confronto.

Torniamo un momento su Monetti per spiegare l'importanza che ebbe per la carriera di Menichelli. Fu il primo a credere in lui in azzurro e fu il primo a vederlo vincere con la squadra un incontro di livello internazionale. Ma il fattore più importante fu il suo modo di fare dolce, morbido. Questo consentì di creare un ambiente favorevole nel-

la selezione azzurra quando Romeo Neri lasciò definitivamente il mondo della ginnastica. Perché al suo posto, al timone della Nazionale, arrivò lo svizzero Jack Gunthard, l'uomo di ghiaccio.

“Per me fu molto importante la figura di Aldo Monetti perché quando arrivò Gunthard lui riuscì a creare un anello di congiunzione tra me e il tecnico azzurro che difficilmente sarei riuscito a creare da solo. Monetti amalgamò la situazione. Con i suoi modi di fare morbidi faceva benissimo da contraltare a quelli rigidi di Gunthard. Riusciva ad ammorbidirlo in ogni situazione”.

In Federazione dunque, cambio al vertice della rappresentativa azzurra. Il metodico svizzero al posto del grande ginnasta di Rimini, quattro volte sul podio olimpico. Passaggio di consegne e conseguente rivoluzione. Fortunatamente Menichelli non prese parte alla rivoluzione, in senso passivo ovviamente. Rivenne convocato per un altro collegiale dal nuovo tecnico della Nazionale così come aveva fatto in precedenza Neri.

“Quando arrivò in Federazione cambiò le cose. La sua idea di ginnastica era differente da quella di Neri, di conseguenza nulla poteva andare avanti come prima. Nonostante questo venni nuovamente convocato per un collegiale insieme a grandi ginnasti dell'epoca. Ricordo che a Capannelle insieme a me c'erano Carnoli, Romano Neri, e due dei miei futuri compagni di squadra con i quali ho vinto il bronzo a squadre ai Giochi Olimpici di Roma, Polmonari e Vicardi. Da quel raduno credo sia nato qualcosa nella mente di Gunthard nei miei riguardi. Anche se quando ci rincontrammo dopo molti anni dalle Olimpiadi che feci, mi confessò che quando mi vide la prima volta in palestra disse tra sé e sé – “questo ragazzino non ce la farà mai, è troppo piccolo”.

Da allora, tre intensi anni di raduni e incontri internazionali, Campionato Europeo compreso. L'inizio della carriera sportiva di successo di Menichelli parte grazie a Monetti che con i suoi modi di fare riuscì a bilanciare il carattere dello svizzero di ghiaccio. Per arrivare però in cima all'Olimpo, la strada era ancora tutta in salita. Bisognava guadagnarsi la piena fiducia del nuovo tecnico e soprattutto cercare di rimanere sempre agli stessi livelli dei più bravi ginnasti di allora. E i sacrifici da fare per raggiungere tali obiettivi erano davvero tanti.

14 - *L'Imperatore del Giappone*

Finalmente nella città della tecnologia, dell'organizzazione perfetta di ogni cosa, ma anche delle forti tradizioni e della semplicità. Il luogo dove Menichelli venne incoronato imperatore davanti all'Imperatore del Giappone e davanti all'imperatore della ginnastica, Endo.

“I Giochi Olimpici di Tokyo furono un’esperienza di vita particolare. Della città ricordo ben poco perché quando vai in un luogo per gareggiare non riesci a vedere molto della vita di un popolo e delle caratteristiche della città. Sei condizionato dall’appuntamento e soprattutto hai poco tempo perché trascorri la giornata nei luoghi di allenamento e a riposarti in camera. E comunque non hai la libertà mentale per andare a scoprire le cose perché sei assolutamente concentrato per fare buoni allenamenti in funzione di andare a centrare un obiettivo importante il giorno della gara”.

Così come in ogni luogo in cui uno va poi, ci sono regole e modi di vita differenti che a volte sono anche causa di qualche problema.

“Ci allenavamo senza una tabella oraria fissa. Una volta la mattina, il giorno dopo il pomeriggio, qualche volta la sera. Ogni giorno l’organizzazione ti dava un orario diverso per gli allenamenti e ti spediva in una palestra diversa. Questa diversificazione, nonostante non fosse proprio gradita da noi, ci fece rendere conto però quanto fosse più evoluta e considerata la ginnastica nel Giappone. In ogni palestra dove ci siamo andati ad allenare c’erano attrezzature e spazi superiori alla nostra dell’Acquacetosa per fare un esempio. Anche la più piccola e periferica delle palestre di Tokyo era comunque un gioiello”.

I luoghi degli allenamenti ma anche il villaggio olimpico.

“Il villaggio era molto bello. La struttura era stata realizzata con tutte casette indipendenti dove alloggiavamo divisi per rappresentativa nazionale. Credo che in quell’area vivevano o avevano vissuto dei militari. Era un posto tranquillo, tutto organizzato, controllato, con un razicinio impressionante”.

L’organizzazione perfetta del villaggio e dei luoghi di allenamento, lo fu anche nello svolgimento della rassegna a cinque cerchi.

“Credo che quella di Tokyo sia stata l’Olimpiade più tecnica e meglio organizzata che si fosse mai svolta nella storia della competizione. A partire dalla cerimonia di inaugurazione. A differenza di Roma, dove la fiaccolata nacque spontanea all’interno dello Stadio Olimpico e ognuno accese ciò che aveva di utile per farlo, giornali, carte e via dicendo, a Tokyo ogni spettatore aveva una fiaccola da accendere fornitagli dagli organizzatori. È vero pure che fu la prima edizione che andò in mondovisione, quindi c’era l’esigenza di creare spettacolo”.

Passiamo allo sport. I giapponesi erano, insieme ai sovietici, i soliti favoriti della vigilia insieme a qualche altro rappresentante dei Paesi dell'est. Dalla parte dei nipponici c'era anche il fattore casalingo da sfruttare. La squadra italiana, a Tokyo per confermare il bronzo di Roma '60, era in parte diversa. Era composta da Franco Menichelli, Giovanni e Pasquale Carminucci, Luigi Cimnaghi e Bruno Franceschetti. Pochi giorni prima dell'inizio delle gare di ginnastica accadde un episodio a dir poco drammatico per il futuro olimpionico.

“Mancavano centoventi ore alla prima gara o poco più e così come tutti gli altri andammo nel palazzetto dello sport per fare una prova generale. Dovevamo allenarci negli esercizi obbligatori e un dirigente della federazione di ginnastica sovietica disse al nostro commissario tecnico che nel corpo libero avevamo interpretato male l'esercizio. In sostanza ci fece capire a chiare lettere che se avessimo ripetuto l'esercizio in quel modo non saremmo stati in grado di ottenere un solo punteggio di rilievo da parte della giuria. Così nel giro di pochissimi giorni io, Franceschetti e Vicardi, dovemmo invertire un movimento dopo oltre due anni che lo facevamo sempre alla stessa maniera. Meno male che durante la gara non sbagliammo. La gara dunque andò come doveva andare. La giuria, lo sapevamo già da anni, era portata a valutare in modo positivo il blocco degli atleti giapponesi e sovietici. Il regolamento prevedeva che la finale olimpica l'avrebbero disputata i ginnasti che ottenevano i sei migliori punteggi assoluti. Non c'era altro modo di poter sperare nella conquista di una medaglia se non quello di fare bene nelle qualificazioni dunque. Una volta entrato in finale poi avevi la metà delle possibilità di conquistarne una di medaglia. Nel mio caso, ho avuto molte difficoltà a centrare la finale nelle parallele perché arrivai ultimo del gruppo dei sei qualificati. La medaglia di bronzo che conquistai in questa specialità infatti per me vale doppio. Comunque, sempre per rimanere alle parallele, Giovanni Carminucci, uno dei migliori atleti della specialità arrivò ottavo nelle qualificazioni. Fui molto dispiaciuto di questo tant'è che dissi all'allenatore che avrei voluto cedere il posto a lui per la finale, ma se lo avessi fatto sarebbe entrato un altro giapponese che era settimo. Qui c'erano buone possibilità che qualche atleta potesse sbagliare l'esercizio nell'ultima prova e per lui una medaglia poteva essere conquistata abbastanza facilmente”.

Invece il bronzo alle parallele lo vinse Franco Menichelli. Stesso metallo conquistato a Roma '60 nel corpo libero e nel concorso generale a squadre. Davanti a lui, nemmeno a dirlo, due giapponesi: argento a Shuji Tsurumi e oro a Yukio Endo. Quest'ultimo, uno dei più citati in questo libro, sarà però la vittima sacrificale di Menichelli nel corpo libero.

Prima di passare al secondo e al terzo metallo prezioso conquistato dal ginnasta

romano, soffermiamoci un momento sul palmares di Yukio Endo. Dal 1960 al 1968, nelle tre edizioni dei Giochi Olimpici di Roma, Tokyo e Città del Messico, il ginnasta giapponese vinse ben 5 ori. Uno a Roma nel concorso generale a squadre, tre in Giappone nel concorso generale a squadre, nell'individuale assoluta e alle parallele, una a squadre in Messico. Senza contare gli altri metalli conquistati nelle tre edizioni, il grande ginnasta giapponese conquistò anche 3 ori iridati: nel '62 a Praga, a squadre e nel corpo libero e nel '66 a Dortmund sempre a squadre. Una carriera parallela a quella di Menichelli, per data, un rivale onesto per il nostro ginnasta ma anche un incubo per lui perché per conquistare un oro olimpico non si poteva prescindere dal nipponico. Al termine della rassegna olimpica di Tokyo però finalmente Menichelli ci riuscì. Procediamo con ordine.

“Agli anelli partivo sicuramente come outsider perché in campo internazionale, tranne l'argento agli Europei di Belgrado del '63, non avevo mai brillato molto in questa specialità. A Roma feci una buona prova nei liberi ma negli obbligatori non riuscii a fare altrettanto tant'è che non centrai la finale olimpica. A Tokyo invece feci una bella prova in entrambe gli esercizi. Centrai la finale con il secondo punteggio assoluto e prima di me scese sul campo di gara Yukio Endo che commise un errore fatale per le sue speranze di andare a medaglia. Questo mi aprì sicuramente la strada per salire su uno dei tre gradini del podio anzi, credo che in quel momento ero convinto di poter addirittura conquistare l'oro. A conferma di ciò infatti vinse Takuji Hayata, un ginnasta che dopo quell'Olimpiade non fece più risultati importanti in campo internazionale. Comunque avevo già conquistato l'oro nel corpo libero e togliere due medaglie del metallo più prezioso ai giapponesi, in Giappone, non era poi così tanto facile. Sicuramente avrebbe comportato qualche problema, quindi è andata bene così come è andata”.

Per la cronaca, la medaglia di bronzo alle parallele la conquistò il sovietico Boris Anfyanovich Shakhlin. Ultima delle tre medaglie di Menichelli, la più importante, nel corpo libero. Anche qui però, prima di salire sul gradino più alto del podio ed essere incoronato imperatore della ginnastica, davanti a lui un ostacolo quasi insormontabile. Una medaglia sofferta che, se nel caso delle parallele il bronzo valeva doppio, qui vale cento volte di più. Capiamo il perché.

“Nel corpo libero c'era un solo grande ostacolo da superare, un giudice australiano. Nella prova generale aveva assegnato dei punteggi molto strani. A tutti i giapponesi e ai sovietici assegnava punteggi alti, 9.70-9.80. A me, così come ad altri ginnasti dava sempre punteggi bassi, 9.30-9.40. Evidentemente non era all'altezza di una gara di quel livello e infatti fu ripreso più volte dal resto della giuria internazionale per questo motivo. A causa del suo modo di assegnare i punteggi feci la prova per ultimo, dopo

il giapponese Yukio Endo e il sovietico Viktor Nikitovich Lisitsky. Non era facile pensare di conquistare l'oro a priori, nonostante mi sentivo forte tecnicamente. Alla fine però ci riuscii. La giuria premiò il mio esercizio perché era innovativo, non tanto però sotto l'aspetto tecnico. In sostanza stavo a terra il meno possibile cercando di eliminare le pause statiche e compiendo combinazioni multiple. Questo credo mi fece vincere la medaglia d'oro".

Nonostante la giuria fosse leggermente appannaggio di giapponesi e sovietici e nonostante in quel periodo alcuni esercizi spettacolari ed innovativi non erano molto apprezzati Menichelli si aggiudicò l'oro.

"Quando sei a livello olimpico non c'è molto scarto tecnico tra i vari ginnasti e il codice dei punteggi all'epoca non premiava chi faceva esercizi particolari e spettacolari. Al 10 si poteva aspirare anche con il minimo e se facevi tre volte di più magari non eri premiato. Il ginnasta di elevata caratura rischiava sempre di fare di più, come fece Endo alla sbarra perdendo così la gara. Quindi non è stato assolutamente facile convincere la giuria a riconoscere la bontà assoluta del mio esercizio. Ma questo nuovo modo di lavorare che esposi a Tokyo, una composizione con dei contenuti tecnici all'altezza e con combinazioni non più singole ma multiple che agganciavano una difficoltà all'altra, venne premiato. Non a caso fu la novità che per anni venne ripresa come base di lavoro per i futuri ginnasti. Quella portata a Tokyo da parte mia è stata la chiave di apertura della ginnastica degli anni '80. Dopo quella, le innovazioni più importanti le portarono alcuni russi, Dimitri Belozertchev e Nikolai Andrianov su tutti, e pochi altri ginnasti nel mondo".

Che fatica ma, che impresa! Dopo 32 anni (a Los Angeles nel '32, tre ori per Romeo Neri, uno alle parallele, uno al concorso generale individuale ed uno a squadre insieme a Oreste Capuzzo, Mario Lertora, Franco Tognini, e Savino Guglielmetti, vincitore quest'ultimo anche di un altro oro nel volteggio) Menichelli riuscì a riportare un oro olimpico in Italia. Al secondo posto, ex aequo, il sovietico Viktor Nikitovich Lisitsky e il giapponese Yukio Endo. Che smacco per i due favoriti della vigilia! Soprattutto per Endo, vincitore sì di altre tre medaglie d'oro nella stessa edizione dei Giochi ma sconfitto da un italiano in casa.

"Con Yukio Endo ci eravamo incontrati qualche mese prima nella tournée Europa-Giappone e avevamo fatto le Olimpiadi di Roma. Lui si era reso conto che gli potevo dar fastidio nella classifica generale in quelle occasioni ed infatti a Tokyo non si fece mai vedere da me durante gli allenamenti. Ci fu una sola occasione, durante una gara, in cui riuscii a vederlo in azione. Comunque finito il concorso generale venne da me al villaggio olimpico e mi portò una bambolina di legno tipica del Giappone facendomi i

complimenti. Credo che con quel gesto si scrollò di dosso la preoccupazione dell'aver in giro per il mondo un rivale temibile. Nell'85, quando tornai in Giappone per un invito da parte della loro Federazione di ginnastica, lo rividi per qualche giorno. Poi venne a Roma di passaggio qualche anno più tardi e mi ha cercato perché voleva rivedermi. Ora ci siamo persi di vista ma credo che ancora ricordi bene quella giornata a Tokyo nel '64".

Finita l'esperienza nipponica il ritorno a casa da trionfatore. Ma nonostante le tre medaglie conquistate Menichelli era davvero soddisfatto?

"Per me quell'esperienza fu molto positiva. Mi sono sentito ripagato dei tanti anni di sacrifici che avevo fatto per diventare un buon ginnasta. È stato come il premio finale alla mia carriera anche se sapevo che avevo ancora tanti anni davanti per gareggiare. Però penso anche che se non ci fossero stati gli esercizi obbligatori, così come non ci sono oggi, sicuramente avrei vinto anche l'oro nel concorso generale (che invece vinse, ovviamente, Yukio Endo). In tutti gli esercizi liberi risultavo primo mentre nella classifica finale arrivai quinto".

L'impresa è compiuta. Il bottino azzurro o meglio il bottino di Menichelli, è di tre medaglie: un oro, un argento ed un bronzo. L'Italia grazie al ginnasta romano è una delle nuove frontiere della ginnastica. E a Roma, al bar "Menichelli" di piazzale della Radio, tutti aspettano il ritorno di Franco.

INDICE

| | |
|---|-----|
| Presentazione di Giovanni Petrucci | 5 |
| Introduzione di Federico Pasquali | 6 |
| <i>I sacrifici in allenamento</i> | 8 |
| 1 - “Il ginnasta”, l’Imperatore | 10 |
| 2 - Il calcio, figlio della ginnastica | 12 |
| 3 - Roma, 27 ottobre 1952, nasce l’AGR | 14 |
| 4 - Franco Milani e la ginnastica a Roma | 20 |
| 5 - Lamberto Picca ricorda Gianluigi Ulisse | 24 |
| 6 - Pucci e Pergola, ovvero la nascita di un campione | 26 |
| <i>Dall’album dei ricordi</i> | 30 |
| 7 - Comunque ci provo: e arriva la prima vittoria in azzurro | 34 |
| 8 - Ormai è un sogno: e si realizza | 37 |
| <i>Le palestre di Menichelli</i> | 40 |
| 9 - Roma 1960 - Il boom economico e sportivo | 43 |
| 10 - I primi due metalli olimpici di Franco Menichelli | 46 |
| Medaglie della ginnastica artistica a Roma ’60 | 50 |
| 11 - Aspettando Tokyo - Le 7 medaglie di Menichelli | 52 |
| 12 - Soldato Franco torna in pedana | 55 |
| 13 - Tokyo ’64 - Tecnologia, grandi opere e tante emozioni | 58 |
| 14 - L’Imperatore del Giappone | 61 |
| 15 - Bye bye Tokyo | 66 |
| Medaglie della ginnastica artistica di Tokyo ’64 | 68 |
| 16 - In Europa senza rivali | 70 |
| 17 - Città del Messico ’68 - Si contesta e l’Italia fa flop | 73 |
| 18 - L’ultima occasione a cinque cerchi | 75 |
| Medaglie della ginnastica artistica di Città del Messico ’68 | 76 |
| <i>Le tre Olimpiadi di Menichelli</i> | 78 |
| Il Palmares internazionale di Menichelli | 98 |
| 19 - La nazionale da allenare, la scuola, i nipoti | 99 |
| Tutte le medaglie olimpiche della ginnastica italiana | 101 |
| <i>Il nuovo millennio</i> | 102 |