



♥ Sopra, Eleonora fotografata nel 1971 insieme con il padre, l'attore e regista Raf Vallone (1916 - 2002).


L'infanzia ribelle all'ombra del mito del padre, il grande Raf. Le nozze a 17 anni, uno "scandaloso" Sanremo che la consacrò sexy star, fino all'incidente in cui perse il compagno e finì in coma. L'attrice racconta la sua discesa agli inferi e la sua rinascita: «Il mare è il mio rifugio. E la mia palestra: ho inventato il Gymnuoto, la prima scuola di ginnastica in acqua»

di Diletta Monti

Foto di R. Frezza/S. La Fata

PORTO CERVO - settembre
Sono rinata dal mare. Il mare è il mio amico e il mio amante. Il liquido primordiale che mi rilassa e mi protegge». Questa è oggi Eleonora Vallone, teorica del Gymnuoto, avanguardia futurista dell'AcquaGym. Una sirena combattiva, una bella signora di cinquantatré anni che si è ricostruita infinite volte. Eleonora che oggi si ritrova a essere una «donna compiuta e serena», dopo essersi negata l'adolescenza per affrancarsi dalla presenza di un padre ingombrante, contro il quale, e per il quale,



A full-page photograph of Eleonora Vallone, a woman with long, wavy, reddish-brown hair, wearing a blue wetsuit with a white zipper. She is leaning forward, holding a blue handle, possibly a scuba diving regulator or a piece of equipment. The background is a bright blue sky or water surface.

Porto Cervo.
Eleonora Vallone, 53
anni: attrice e conduttrice, nel 1985 ha brevettato il Gymnuoto, una disciplina per la riabilitazione, l'allenamento e il mantenimento muscolare. La Vallone conduce corsi per la formazione di istruttori, con il rilascio del brevetto internazionale Cmas (Confederazione mondiale attività subacquee).

Eleonora Vallone L'acqua mi ha salvata

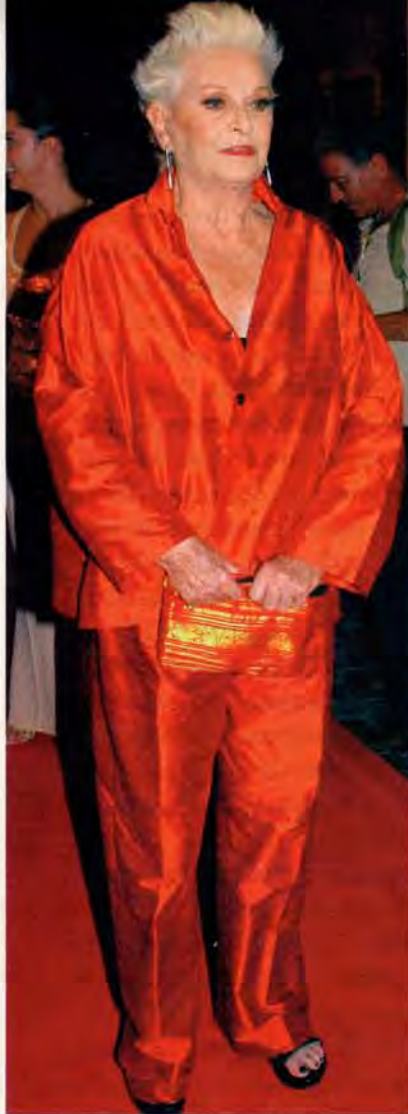
ha fatto scelte impegnative, controcorrente, dure. Un continuo rincorrere l'amore di una persona «straordinaria», come continua a sottolineare Eleonora. Oggi Raf Vallone non c'è più, ma tutti lo ricordano come il grande divo degli Anni Cinquanta. L'uomo che era riuscito a partire da Tropea, diventare un calciatore del Torino, prendersi due lauree, diventare caporedattore centrale delle pagine di cultura dell'*Unità* e poi diventare una star di livello mondiale. «Ero la figlia ribelle. Ho dovuto esserlo, perché quando due persone si amano troppo, si finisce per farsi male. Perciò ho preso decisioni che sapevo mi avrebbero allontanato da lui», racconta Eleonora.

Quali scelte ha fatto per essere definita ribelle?

«Erano gli Anni Settanta, tutti eravamo ribelli. Comunque, mio padre voleva che studiassi, che facessi l'attrice di teatro. Io, invece, ho scelto di sposarmi a diciassette anni. Papà doveva darmi il permesso di sposarmi, visto che ero minorenne. L'ha fatto con una lettera e al matrimonio non è venuto. Le suore dell'istituto dove studiavo hanno fatto da testimoni, una scena strana. Da lì ho cominciato a fare la moglie-mamma studentessa e mio padre si è allontanato».

Le sue parole lasciano intuire un rapporto padre-figlia un po' difficile.

«Mi amava molto. Mi chiamava gelsomino tiepido, per lui ero calore e profumo. Ma era geloso di me. E aveva aspettative alte. Mio padre voleva un primogenito, non una primogenita. Così mi ha vestito da maschio per un paio di anni, finché non è nato mio fratello Saverio. Era severo. Da piccola, mi portava spesso per musei con i miei due fratellini, Saverio e Arabella. Tornati a casa dovevamo redigere un diario con i commenti



Lucia, ritorno al futuro



♥ Sopra, Raf Vallone e Lucia Bosè in «Non c'è pace tra gli ulivi» (1950). A sin., Raf Vallone e Sophia Loren nel «Segno di Venere» (1955). Più a sin., Lucia Bosè: l'attrice esordi vincendo Miss Italia nel 1947, oggi è presidente di giuria del concorso di Mirigliani (vedi pag. 42). In alto, la Bosè alla premiazione di Miss Roma con Anna Falchi e Stefano Masciarelli.

no andata da mio padre per dirgli che avevo intenzione di seguire i suoi consigli. Non ho ottenuto un riavvicinamento, lui si è infuriato perché avevo divorziato. Allora sono partita per gli Stati Uniti, ho studiato all'Actors Studio. Ho fatto qualche film, ma quando è arrivata la buona occasione, si è messa in mezzo la sfortuna. La mia vita è segnata da occasioni mancate».

Che cosa ha mancato?

«Negli Usa mi avevano fatto un contratto per recitare in *Al Capone Story* con Marlon Brando. Ma lui continuava a ingrassare come una palla, a rimandare l'inizio delle riprese. Alla fine quel film non si fece mai».

Quindi tornò in Italia e fece "scandalo" a Sanremo 1981.

«I retroscena non si sono mai saputo. Mi dissero all'ultimo che sarei stata sul palco accanto a Cecchetto. In tre giorni ho dovuto pensare agli abiti, disegnati da me e fatti realizzare da un laboratorio. Non ho neanche avuto tempo di provarli. Uno aveva uno spacco sul retro troppo pronunciato. Ogni volta che mi giravo, il tessuto si alzava lasciando intravedere le cosce. I flash dei fotografi cercavano di immortalare gli slip, che nessuno vedeva. Fecero scommesse per sapere se portavo o meno la biancheria intima. Non sapevano che portavo un tanga, "roba" mai vista in Italia, ma già "in uso" a Parigi. Che anni ridicoli. Dopo Sanremo, mi hanno definito una sexy star, io era una ragazza timida. Dicevano che avevo centinaia di amanti, ero solo una donna tallonata da corteggiatori troppo insistenti».

Poi, l'incidente...

«Un'altra occasione mancata. Mi aveva chiamato Silvio Berlusconi, dicendomi che mi voleva a tutti i costi a Canale 5. Così, il 25 novembre 1984 mi misi in viaggio per raggiungere Milano. Il giorno dopo avrei dovuto firmare il contratto. Non ricordo che co-

sui capolavori che avevamo visto. Oppure, ci portava a correre alle cinque del mattino per farci vedere l'alba. Spesso, ci interrogava sulla "consecutio temporum" cronometrando con l'orologio. Insomma, ci ha dato un'educazione un po' spartana, ma che ci ha inculcato valori profondi. Se oggi sono una donna libera, lo devo a lui».

Il matrimonio con Massimo Gualdi, dal quale è nato Luca, è durato sette anni. Dopo il divorzio si è decisa a seguire le orme paterne...

«Volevo farlo anche prima di sposarmi. Pensi che mi avevano proposto di recitare nella *Prima notte di quiete* (con Alain Delon, ndr), ma il mio futuro marito mi disse che "dovevo mettere la testa a posto se volevo essere una buona moglie". Così, dopo il divorzio, so-



♥ Sopra, Raf Vallone con la moglie, l'attrice Elena Varzi, sposata nel 1952. A ds., Eleonora col fratello Savio Vallone, attore di cinema e teatro.

A tutta elasticità

♥ L'esercizio "la spaccata" è frutto di costanti allenamenti. La posizione, seppur difficile, è aiutata dall'acqua che rende più facile rilassarsi e quindi migliora l'elasticità del corpo.

FORMA
DIVA
e DONNA



♥ L'esercizio "gluteo di ferro", effettuato mantenendo la posizione delle foto, con una gamba flessa e poi distesa, rassoda glutei e schiena. L'utilizzo dei due triangoli (unico attrezzo del Gymnuoto) permette di correggere le posizioni errate e di mantenere l'equilibrio.



Tono a glutei e schiena

♥ Con l'esercizio "la farfalla" si rassodano le braccia e si migliora notevolmente il décolleté. Basta aprire e chiudere ritmicamente le braccia impugnando due triangoli (l'acqua crea una resistenza che aumenta l'effetto rassodante). L'esercizio di stretching nella foto piccola assottiglia e tonifica i fianchi.



Braccia e seno scolpiti

sa successi. In ospedale mi raccontarono che l'automobile era volata giù da un cavalcavia. Alla guida c'era Publio Scheggi, l'uomo con il quale convivevo da quattro mesi. Perse la vita nell'incidente. Io rimasi in coma 15 giorni, subii molte operazioni. Rischiai che mi amputassero un braccio. Alla fine, rimasi ingessata per un anno. Dovevo cominciare una nuova vita, invece la mia vita si fermò lì».

Come è tornata a vivere?

«Mio padre mi ha insegnato che cosa vuol dire essere forti. Quando uscii dall'ospedale scoprii che, prima dell'incidente, il mio compagno aveva dilapidato le mie finanze. Mi sono ritrovata con un corpo che non funzionava più e senza un soldo. Non è stato facile, ma ho trovato la forza di ricominciare. Anche grazie alla riabilitazione in acqua».

Non ha mai pensato di tornare

IL MIO GYMNUOTO

La disciplina acquatica messa a punto da Eleonora Vallone si adatta a tutte le età. Eseguita con costanza, brucia le calorie, combatte l'artrosi, stimola la diuresi e l'apparato cardiovascolare e scolpisce la massa muscolare

di Paola Vacchini

Armonia e stretching



♥
L'esercizio "Ele-Mossa" (foto grande) aiuta ad avere una maggiore consapevolezza del proprio corpo. Lo stretching nella foto piccola modella le gambe.



al mondo dello spettacolo?

«Nel 1986 Berlusconi mi ha chiamata per *Drive-in*. Ma ormai avevo cambiato visione del mondo, volevo farmi suora. Non potevo più lavorare usando il corpo come mezzo di comunicazione. L'acqua era diventato il mio rifugio per reazione al mondo. In quel periodo mi sono fidanzata con Stefano Macula, campione di apnea. Un uomo buonissimo, col quale mi sono immersa in un mondo senza respiro. Oggi, invece, mi sento pronta a ritornare. Magari al cinema».

Rimpianti?

«Non aver recitato con papà. Vorrei aver fatto un altro figlio. E spero di innamorarmi, sono nata per amare. Solo che quando una ha avuto un padre come il mio, gli altri uomini non sembrano mai all'altezza...».

Diletta Monti