

## Henrietta Posa, da Bisuschio al mondiale di bodybuilding

**Pubblicato:** Domenica 23 Giugno 2024



Sabato 22 giugno a Lecco sono andate in scena le gare di bodybuilding della Wbpf, la federazione che nasce nel 2009 come sottofederazione della Ifbb e riconosciuta Uia (Union of International Association). E grande protagonista è stata **Henrietta Posa, nata in Ungheria ma residente in Italia da 20 anni, più precisamente a Bisuschio.**

Henrietta, che compirà 40 anni il prossimo 25 giugno, ha infatti **vinto la categoria Woman Sport** qualificandosi per il campionato mondiale, che si terrà nel prossimo ottobre alle Maldive.

Un grande risultato per lei e per il **marito Giovanni Quaranta**, che le fa da preparatore. «In due anni abbiamo raggiunto un grande traguardo – spiega il marito -. Abbiamo una vita comune come tutte le famiglie con 2 figli. Henrietta ha un lavoro come donna delle pulizie che le richiede 8 ore al giorno lavorative oltre che alla vita familiare, ma **tutti i giorni si allena in un garage senza riscaldamento, anche quando fa freddo.** È una bellissima storia, tutta casalinga, che ha dimostrato in 2 anni che volere è potere. Senza attrezzature sofisticate ma con grande voglia di vincere. **In questo sport la dieta e la mente fanno la differenza.** La qualificazione al mondiale è una grande ricompensa per tutto il percorso tortuoso fatto da lei in soli 2 anni».

Redazione VareseNews  
redazione@varesenews.it

