

ATLETICA



Karate - Europei seniores a Istanbul



Judo - European Open Rome



Lotta - Campionato Italiano Cadetti greco romana

ATTIVITÀ INTERNAZIONALE

Karate Karate - Europei seniores: Sei volte sul podio europeo, grande Italia!
di Daniele Poto 3

Judo European Open Rome, le medaglie possono attendere...
di Enzo de Denaro 11

ATTIVITÀ NAZIONALE

Lotta Club Atletico Faenza sovrano dei Cadetti
di Giovanna Grasso 17

Judo La FIJKAM incontra i Master
di Alessio e Andrea Macri 26

ATTIVITÀ REGIONALE

Judo Igei, il drago che faceva judo, entra nelle scuole e lotta contro il bullismo
a cura dell'A.s.d. Mushin club 30

Judo 3° Trofeo Judo città di Mestre "Andrea Rossato"
di Annamaria Bacchin 32

Karate Avellino si allena con la Commissione Nazionale Attività Giovanile
di Giuseppe Gendolavigna 34

Judo 23° trofeo Internazionale di Judo Yamashita Giano Dell'Umbria/Terni
di Marco Parmegiano Palmieri e Manola Sabatini 37

Judo Gran Premio Giovanissimi 2015
di Stefano Zega 40

Judo Asd Judo Frascati, Mascherucci d'argento nel Gran Prix Master di Genova
di Area comunicazione Asd Judo Frascati 43

Judo Cinque medaglie azzurre all'Eurometropole Masters
a cura della ASD Mushin Club Roma 44

Varie Il cervello: le sue debolezze, le sue grandi risorse, non sprechiamole!
di Anna Devivi 47

RUBRICHE

Sport & Medicina Sport agonistico negli over 50
di Marco Petrucci 48

Sport & Storia Cento anni fa moriva eroicamente Umberto Cristini, che cercò di divulgare il jujitsu in Italia
di Livio Toschi 50

È ancora il Karate che apre la rivista federale *online* Athlon.net, con il grande risultato degli Europei seniores di Istanbul nei quali la rappresentativa azzurra ha brillato con un bottino di ben 6 medaglie: 2 ori, 1 argento e 3 bronzi. Il racconto per bocca dei protagonisti nel servizio di Daniele Poto. La maggiore gara internazionale del Judo in Italia è l'European Open: i complimenti dell'EJU per la perfetta organizzazione e lo spettacolo offerto al numeroso pubblico nel PalaPellicone di Ostia hanno fatto da contraltare alla mancanza di podi degli azzurri, per la prima volta nella storia del torneo dai tempi del memorial Ceracchini.

Si passa all'attività nazionale con il Campionato Italiano Cadetti di Lotta greco romana, nel quale iniziano ad emergere con sicurezza i volti nuovi della disciplina, per poi passare all'incontro tecnico-conviviale con i Master del Judo al Centro Olimpico di Ostia. Le Regioni sono, come al solito, molto attive: tante le iniziative di tipo formativo, agonistico, contro il bullismo... leggere per sapere!

In chiusura i preziosi consigli del Responsabile medico del Centro Olimpico che, dato il grande spazio dedicato in questo numero all'attività del Master, si focalizza sull'agonismo degli over 50, e la pagina della cultura con la storia della diffusione del Ju Jitsu in Italia.

Buona lettura con Athlon.net!

Indicazioni per la pubblicazione di materiale redazionale su Athlon.net

Attenzione: Per le attività svolte nelle Regioni delle quali si vuole dare notizia attraverso la rivista, si raccomanda di inviare gli scritti al proprio COMITATO REGIONALE FIJKAM, che provvederà alla sua selezione ed all'invio all'Ufficio Stampa Federale.

Ogni scritto deve essere accompagnato da fotografie complete di didascalie e deve avere carattere sportivo/agonistico. Le fotografie preferibilmente devono raffigurare gli atleti ed il gesto tecnico. Non verrà preso in considerazione materiale promozionale e pubblicitario.

La pubblicabilità verrà valutata insindacabilmente dal Comitato Regionale e dall'Ufficio Stampa federale.

L'invio del materiale avviene in modo volontario e gratuito.

Lo sport
non ti mette
al tappeto!



Ke aspetti...
muoviti!!!!



perfidamente buono

SPONSOR UFFICIALE



Sei volte sul podio europeo, grande Italia!

Maresca e Maestri si laureano Campioni d'Europa, in argento la squadra maschile di kata e con i due bronzi del "solito" Busà e della squadra femminile di kata l'Italia si fa grande agli Europei di Istanbul

di Daniele Poto – foto di Emanuele Di Felicianonio

europei karate

Italia fuori dal podio per nazioni agli europei di Istanbul ma senza grandi rimpianti perché il gioco delle medaglie (e soprattutto degli hantei) ha diviso per pochi spiccioli le quattro nazioni che si sono chiaramente stagliate davanti alle altre nell'hit parade delle conquiste metallifere. Organizzazione quasi imperfettibile nella capitale turca, migliorata come servizi, tranquilla (ora) per or-



Gli Azzurri mostrano con orgoglio le medaglie europee: obiettivo raggiunto!



La finale tra l'azzurro Maestri e l'azero Mamayev Aykhan

dine pubblico. Diligente più che appassionata di karate. A disposizione un Palazzo dello Sport efficiente, disponibile a ospitare pubblici più numerosi per altri contesti sportivi più adatti all'indole di casa (basket, lotta, sollevamento pesi). Ma logistica e accoglienza hanno funzionato. E la comitiva italiana è tornata in patria con soddisfa-

zione e qualche relativo rimpianto. Il bottino finale testimonia sulle due medaglie d'oro di Luca Maresca (60 kg) e Nello Maestri (kg. 84) nel kumite maschile; sul'argento del terzetto di kata maschile (Busato, Iodice, Tocco) e sui bronzi di Luigi Busà (75 kg), Mattia Busato (kata individuale) e della squadra femminile di kata (Battaglia-Bottaro-Pezzetti) spingendo l'Italia con il suo tritico (in ordine oro, argenti e bronzi) 2-1-3 alle spalle di Spagna (3-0-6), Turchia (2-6-3), Francia (2-3-4). Tutte le altre nazioni sembrano considerevolmente lontane e dovranno ancora lavorare molto (per nostra fortuna, verrebbe da dire) per colmare il gap. L'Italia torna a calcolare i giorni che mancata alla rassegna di Baku con la certezza di aver convenientemente investito su due talenti giusti. Gli uo-

mini d'oro Maresca e Maestri. Due primi posti che costituiscono conferme al lavoro svolto in sede di preparazione. Luca Maresca, nato e cresciuto a Napoli, maturato con la Wellness zone di Casoria del maestro Mario Cicchella, è un karateka di cui parleremo nel prossimo decennio.

Chiediamo al responsabile tecnico Pierluigi Aschieri di tracciare il quadro prima individuale, poi collettivo, della nostra spedizione. Partendo dalle imprese in do maggiore. "Maresca ha trovato la giornata giusta nel senso vero e proprio dell'espressione. L'infortunio l'ha parecchio preoccupato alla vigilia. Se lo porta appresso, è costretto a convivervi. Il gran lavoro del fisioterapista gli ha consentito di disputare la competizione continentale esprimendosi al meglio. Un risultato che ha un doppio valore.

Toccando ferro, vista la sua giovane età (è classe 1993, ndr) potrebbe anche sperare di proiettare la propria carriera fino al miraggio-speranza della partecipazione olimpica del karate. Ma dopo Baku è atteso da un intervento chirurgico che si rende necessario. Nel 2016 sarà in perfette condizioni e il suo livello crescerà considerevolmente. Maestri è sempre stato sul punto di spiccare il volo per un salto di qualità. Tecnicamente è molto dotato e negli ultimi tempi ha

trovato il modo giusto per risolvere qualche problema. E' stato sempre in condizione di approdare al salto di qualità. Fa valere l'esperienza. E' un atleta integro ed ora ha raggiunto la maturità con un europeo in cui ha avuto un andamento di assoluta eccellenza. Non mi scandalizzo di non trovare Luigi Busà sul solito gradino più alto del podio. Lui continua a valere un oro. Solo che avuto la sfortuna di incontrare nel preliminare l'avversario di sempre: Aghayev. Contro di lui ha sempre avuto risultati alterni. E' un avversario coriaceo. Le loro sfide hanno dato sempre risultati imprevedibili. Aghayev non è né alto né grosso ma è un guerriero. Una volta ha vinto Busà nelle sfide dirette, una volta il suo contraddittore. La sconfitta non toglie merito a Busà in una sorta di finale anticipata. E' capitato, non è il caso di recriminare. Prenderemo bene le



Salto di qualità per Nello Maestri: suo il podio europeo, Campione negli 84 chilogrammi kumite



La grande grinta del giovane Luca Maresca

misure di Aghayev nel prossimo futuro. C'è da considerare che la medaglia d'oro di categoria ha saltato completamente la scorsa stagione e quindi, sia pure involontariamente, ci eravamo dimenticati di lui e del suo valore. Ma se devo esprimere un giudizio tecnico personale, Busà ha un repertorio tecnico più completo e spettacolare. Ma Aghayev questa volta è riuscito a imporre le sue ragioni". E parlando di bronzi il pensiero di Aschieri va al terzetto del kata femminile.

"La squadra femminile di kata ha meritato il bronzo con qualche rammarico per a finale di poule. Si sono prese una grande rivincita nella piccola finale. Si pensava a bandierine favorevoli a maggioranza con l'hantei. Voglio sottolineare un piccolo handicap in più con cui abbiamo fatto i conti. Qualche problema è nato in generale a li-



Senza indugi affronta il francese Agoudijl Sofiane: il titolo di Campione dei 60 chilogrammi kumite è realtà

favorita dal fattore campo. Cose che succedono”.

Non c'è da nascondere che delusione si concentra sul nome di Sara Cardin. Se lei avesse confermato europeo e mondiale recenti l'Italia si sarebbe imposta nel medagliere per nazioni. Ma Aschieri giustifica la contro performance. “Potrebbe essere recuperata per Baku anche se si gioca un po' a carte coperte per i criteri di ripescaggio, fermo restando che l'Azerbaijan potrà schierare la squadra al completo lasciando il posto ad altri per i suoi atleti che hanno la qualificazione di diritto. Per ora si parla genericamente di recupero dei migliori tra gli esclusi. Tornando alla Cardin bisogna aggiungere che è stata male in collegiale, ha

vello emotivo. I ragazzi sapevano che c'era Baku di mezzo e dunque qualche supplemento di tensione c'è stato. Era un doppio campionato. Non parlo delle squadre perché a Baku sono previste solo le gare individuali. Questa responsabilità ha giocato un ruolo importante in Busato. Era la prima volta per molti azzurri che era in ballo un trampolino di lancio qualificativo. Il karate non ha questa abitudine. Il carico di responsabilità era molto alto. Ma abbiamo tempo per crescere anche da questo punto



Una grande gara per la squadra maschile di kata

di vista. Per il kata maschile invece il rimpianto è decisamente enorme. Dall'altra parte della barricata è giusto ricordare come ci fosse la Spagna campione del mondo. A volte gli arbitri sentono questo peso. Abbiamo trovato la squadra giusta, quella su cui insistere. Per ora non ha ancora fatto risultati eclatanti ma dopo la squadra da leggenda, guidata da Valdesi, abbiamo trovato un terzetto messo insieme e assemblato con grande pazienza e, se mi consentite, con sagacia. La Spagna non diventerà un dream team come l'Italia perché gli metteremo il fiato sul collo. Li stiamo marcando molto stretti e siamo grandemente attrezzati per il futuro. Siamo attrezzati per il futuro. Sottolineo che le nostre bocciature si sono verificate tutte all'hantei, soluzione che ha invece premiato regolarmente la Turchia padrona di casa, invariabilmente

dovuto fermarsi, era sottotono. Avevamo qualche dubbio sulla sua prestazione e purtroppo il recupero non è stato ottimale e le perplessità si sono confermate”.

Un altro big rimasto al palo con molte incognite è Stefano Maniscalco. “Maniscalco deve ancora lavorare parecchio per recuperare dall'infortunio serio al pettorale in cui è incappato. E' rimasto completamente fermo per mesi. E dopo uno stop di quelle dimensioni temporali non è facile recuperare, anzi è decisamente problematico. Però Stefano è uno che ha volontà di insistere, speriamo che ce la faccia. Io me lo auguro per lui e per la squadra. Ha ancora molto da dire e rimane il miglior atleta che c'è in circolazione nella sua categoria. Quanto alla classifica per nazioni per molti anni abbiamo conquistato il primo posto in classifica anche grazie all'oro fisso del kata a squadre ma-

schili. Non drammatizzo perché con un'altra Cardin saremo ben più. Inoltre la Turchia ha avuto vantaggi arbitrari all'hantei che non sono stati ribaditi per la chiara inferiorità nelle finali (vedere alla voce argenti, ben sei ndr)". Ora che c'è da attendersi per Baku? "Io dico che non baratterei un oro europeo con un oro per Baku. Perché il fascino dell'atmosfera olimpica è irripetibile in questa "prima volta". Considerando anche che nel



Mattia Busato, Alessandro Iodice e Alfredo Tocco concludono in argento la competizione europea



Luigi Busà supera in finale per il bronzo il turco Eltemur Erman

2016 ci saranno i Giochi Olimpici e che il 2015 precede anche l'anno dei mondiali. Azzeriamo i risultati e andiamo avanti aspettandoci un coinvolgimento e un impegno maggiore da parte degli atleti. Di quelli che hanno vinto e di quelli che ambiscono a prendersi una rivincita. A Baku ci sono tutte nazioni attrezzate con in più l'appeal dell'evento olimpico. Mi aspetto una maggiore qualità arbitrale. Non sempre questo si è sposato con l'eccellenza al livello europeo nella manifestazione di Istanbul. Non è una critica ma una constatazione. Un applauso ai turchi, hanno organizzato bene. E le strutture a disposizione erano notevolmente migliori di quelle utilizzate a Mersin per i Giochi del Mediterraneo anche in considerazione del numero maggiore di nazioni partecipanti".



Mattia Busato bissa la finale della gara individuale



La squadra femminile di kata regala ancora emozioni



Un bronzo europeo che arricchisce il palmares di Viviana Bottaro, Sara Battaglia e Michela Pezzetti



Ancora una medaglia per l'azzurro Busato

Nello Maestri



Luca Maresca



*Mattia Busato, Alessandro Iodice
e Alfredo Tocco*





Viviana Bottaro, Sara Battaglia e Michela Pezzetti

Mattia Busato



PER TUTTI I TESSERATI FIJLKAM SCONTO DEL 10%



È facile risparmiare il 10% sui tuoi acquisti!

Registrati online su www.theGigastore.com: clicca su LOGIN ed inserisci i tuoi dati oppure, se possiedi già la **BasicCard**, accedi coi dati della tessera; clicca su "Vuoi attivare un Privilegio Discount?" e digita 774890000012, infine "attiva il tuo sconto". Stampa la BasicCard virtuale! Valido per un massimo di 1000 euro di acquisti, fino al 31 dicembre 2014.

Porta sempre con te la BasicCard in negozio per usufruire dello sconto!



Solo vantaggi.

La convenzione è valida nei seguenti negozi:



Per trovare il negozio più vicino vai su www.basiccard.net/storelocator. L'offerta non è cumulabile nei saldi, con altri sconti e promozioni BasicCard e con le promozioni attive in negozio. Il cliente potrà scegliere tra lo sconto e l'offerta alternativa eventualmente più vantaggiosa.

European Open Rome, le medaglie possono attendere...



di Enzo de Denaro – foto di Emanuele Di Felicianonio

European Open Senior nel PalaPellicone senza medaglie per l'Italia. È la prima volta che accade da quando l'indimenticabile Torneo Città di Roma fu trasformato, nel 2005, in World Cup. E da quella volta sono state disputate dieci edizioni, cinque femminili, quattro maschili ed una con entrambe le classi, ma questa è stata la prima che si è conclusa senza che almeno un atleta azzurro sia salito sul podio. Un rapido ripasso a beneficio della memoria. Nel 2005 la gara è maschile e l'Italia merita un oro (Francesco Bruyere, 73), un argento (Antonio Ciano, 81) ed un bronzo (Roberto Meloni, 90), nel 2006 tocca alle donne ed è ancora oro, argento e bronzo (nell'ordine Ylenia Scapin nei 63, Lucia Morico nei 78, Valentina Moscatt nei 48). L'alternanza porta nuovamente le categorie maschili nel 2007 e le medaglie azzurre sono d'argento per Giovanni Casale (66) e di bronzo per Elio Verde (60), Giovanni Alessio ed Antonio Ciano (81). Nel 2008 la scena è per le donne e le medaglie diventano sei, manca ancora l'oro, ma c'è stato un argento (Giulia Quintavalle, 57) e cinque terzi posti (Elena Moretti, 48, Rosalba Forciniti, 52, Sharon Dinasta, 63, Giulia Cantoni, 70, Michela Torrenti, +78). Il 2009 passa senza l'appuntamento romano e nel 2010 la gara è maschile con tre azzurri sul podio, Roberto Meloni secondo e Lorenzo Bagnoli terzo nei 90 kg ed Antonio Ciano terzo negli 81 kg. L'oro ritorna a brillare nel 2011, la gara è femminile ed i primi posti sono due con Elena Moretti (48) e Giulia Quintavalle (57), Valentina Moscatt, seconda nei 48 kg ed i terzi posti di Rosalba Forciniti (52) ed Erica Barbieri (70) completano la festa. Si arriva dunque al 2012, la gara apre il post-Olimpiadi, e Roma in quest'occasione è femminile e maschile insieme, lo score azzurro registra due primi posti, Valentina Moscatt (48) ed Elena Moretti (52), un secondo con Francesco Bruyere (81) in quella che è la sua gara di addio e tre terzi con Carmine Di Loreto (60), Luca Poeta (81) ed Alessio Mascetti (+100). Quella del 2013 è un'edizione (femminile) speciale per diversi motivi, è record di medaglie, due d'oro con Valentina Moscatt (48) e Rosalba Forciniti (52), tre d'argento con Edwige Gwend (63), Assunta Galeone (78) ed Elisa Marchiò (+78) e due di bronzo con Martina Lo Giudice (57) e Valentina Giorgis (63), ma è anche l'occasione scelta da Rosalba Forciniti per rimettersi in gioco dopo il bronzo olimpico a Londra. Lo fa alla grande, vincendo. Al termine della finale si avvicina al palco



Il grande spettacolo della cerimonia di aperture ha coinvolto e affascinato atleti e spettatori: massimo dei voti dell'EJU all'Italia per l'organizzazione!

delle autorità per ricevere la stretta di mano di Matteo Pellicone, provato dalla malattia, ma ugualmente felice ed entusiasta. È il 19 ottobre. L'immagine, catturata da mille obiettivi, è l'ultima del Presidente nel "suo" palazzetto, con i "suoi" campioni. Passano pochi mesi soltanto ed il 15 febbraio 2014 è nuovamente European Open a Ostia, versione femminile con due medaglie, l'argento di Odette Giuffrida (52) ed il bronzo di Edwige Gwend (63). Ed eccoci arrivati all'edizione 2015. La gara è ritornata a rivolgersi alle categorie maschili, ottenendo un riscontro di partecipazione eccellente: 207 atleti, 37 nazioni. La squadra azzurra schiera numerosi esordienti nel circuito di gara valide per la qualificazione olimpica, tutti si battono a viso aperto senza temere, né risparmiare. L'atteggiamento è positivo, da incoraggiare e sostenere, anche senza quel risultato che basterebbe a valorizzare l'intera prestazione. Ci vanno vicinissimi in due, Marco Maddaloni e Giovanni Carollo, quinti rispettivamente nei 73 e negli 81 kg, entrambi protagonisti di gare molto buone. I commenti

"La gara è stata di altissimo livello, un livello inaspettato per un'European Open. – è stato il commento di Giuseppe Maddaloni - Gli atleti italiani che hanno combattuto e si sono battuti con molto onore, mi è piaciuto lo spirito con cui i ragazzi hanno affrontato la competizione, in particolare i giovani, che hanno pagato uno scotto con atleti stranieri di assoluto valore e di esperienza superiore. Mi spiace tantissimo che le medaglie non siano arrivate, in tutta franchezza i due atleti italiani che han-

no raggiunto il quinto posto, Maddaloni e Carollo, sono stati defraudati da una gestione arbitraria poco attenta ai particolari, ma non è la prima volta e probabilmente non sarà nemmeno l'ultima. È stato un peccato non poter vedere all'opera i talentuosi atleti italiani che non hanno potuto partecipare per infortuni o postumi influenzali, quali Manzi, Basile, Piras e Marconcini, di sicuro la loro presenza avrebbe reso maggiore giustizia al potenziale della nostra Nazionale, ma ciò che ho visto dagli atleti presenti mi fa comunque ben sperare per il futuro". Attentissimo osservatore di tutta la gara, il coach azzurro Luigi Guido ha commentato a sua volta così l'Open nel Pala-Pellicone. "Le presenze altisonanti di questa edizione dell'European Open di Roma han-

che avevamo selezionato a dicembre per questa competizione, per onorarla al meglio, non ci sarebbero stati rim-



Giovanni Carollo quinto negli 81 chilogrammi, una gara che avrebbe meritato una medaglia

pianti, e da parte mia era grande la curiosità di vedere giovani talenti calcare questo tatami; malattie ed infortuni non ci hanno

permesso di fare questo, ma la base sta crescendo ed il lavoro iniziato darà i suoi frutti, perché in questo sport come detto prima non si inventa niente, bisogna lavorare e questa è davvero l'unica cosa che non ci spaventa affatto". Questo invece, il commento di Ylenia Scapin, che la gara l'ha seguita dal monitor EJU per accompagnare come "voce tecnica" la diretta streaming: "Un altro "Città di Roma" archiviato. Dalla prestigiosa postazione EJU

dalla quale ho avuto l'onore di fare la cronaca della diretta streaming lo spettacolo è stato grandioso. Alto il livello, altissima la partecipazione... grande judo e grandi emozioni. Due sole mancanze, quella dei nostri italiani sul podio e quello del pubblico di domenica sugli spalti. Dover commentare a denti stretti i nostri ragazzi non è stato facile. Il sentimento dentro?... rabbia, nostalgia, rassegnazione. Tutto questo perché la passione resta sempre tanta e poter condividere i successi è una gioia ancora maggiore. Ma per ora...".

no onorato gli sforzi organizzativi della Federazione, riconosciuti con i migliori complimenti dell'Unione Europea Judo. Le prestazioni della maggior parte dei nostri atleti è stata assolutamente onorevole, ma nello sport, in particolare di combattimento, nulla si inventa....i nostri ragazzi si sono incrociati con atleti ad oggi un gradino sopra di loro e hanno pagato dazio. Un vero peccato vedere sfumare due medaglie praticamente già vinte, con Marco Maddaloni e Giovanni Carollo che le avrebbero meritato senza alcun dubbio, ed avrebbero coronato una condotta di gara di assoluto valore considerando il livello degli atleti presenti. Sono estremamente dispiaciuto perché una organizzazione impeccabile avrebbe meritato altro riscontro in termini di risultati; è anche vero che, a fronte di una pianificazione differenziata mirata alla qualificazione olimpica e al conseguimento di medaglie "pesanti" sono state fatte delle scelte. Sono comunque altrettanto convinto che se avessimo potuto schierare tutti gli atleti

-60 kg

1. OSHIMA, Yuma JPN
2. PAPINASHVILI, Amiran GEO
3. GARRIGOS, Francisco ESP
3. TRBOVC, Matjaz SLO

-66 kg

1. FLICKER, Tal ISR

Marco Maddaloni: gara encomiabile, ma podio sfumato nei 73 chilogrammi

- 2. TATARASHVILI, Tornike GEO
- 3. OTTAVIANI, Julien FRA
- 3. TAKAJO, Tomofumi JPN

-73 kg

- 1. SHAVDATUASHVILI, Lasha GEO
- 2. TATALASHVILI, Nugzari GEO
- 3. SUN, Shuai CHN
- 3. WANDTKE, Igor GER

-81 kg

- 1. MARUYAMA, Goki JPN
- 2. MARESCH, Sven GER
- 3. KALABEGASHVILI, Shalva ESP
- 3. KIM, Jae-Bum KOR

-90 kg

- 1. BAKER, MASHU JPN
- 2. BRISSON, Nicolas FRA
- 3. GVINIASHVILI, Beka GEO
- 3. ZGANK, Mihael SLO

-100 kg

- 1. HAGA, Ryunosuke JPN
 - 2. NIKIFOROV, Toma BEL
 - 3. FONSECA, Jorge POR
 - 3. KRONBERGER, Christoph AUT
- +100 kg
- 1. HARASAWA, Hisayoshi JPN
 - 2. MATIASHVILI, Levani GEO
 - 3. IWAO, Keita JPN
 - 3. KIM, Soo-Whan KOR



European Open Rome

La finale per l'oro negli 81 chilogrammi tra Maruyama e Maresch



Nei 66 chilogrammi si sono contesi l'alloro il georgiano Tatarashvili e l'israeliano Flicker



Grande azione nella finale per il bronzo degli 81 chilogrammi

Nella finale dei 60 chilogrammi se la sono vista il georgiano Papinashvili e il nipponico Oshima



La dinastia Meloni continua con il giovane Augusto, in gara a Roma. La medaglia è rimandata, commenta lo Staff tecnico



Concentrati sulla sfida.

...al resto ci pensiamo noi.

TROCELLEN ITALIA



EUROPA SPORT srl

Import Export

Articoli Sportivi

EUROPA SPORT

Largo Beata Teresa Verzeri, 22 / 25

00166 Roma - Italia

tel.: +39 06 6242245 r.a. fax: +39 06 6240363
www.europa-sport.it e-mail: info@europa-sport.it

VISITATE IL NOSTRO SITO: con la Vostra qualifica, potrete richiedere la chiave d'accesso per visionare il listino prezzi a Voi riservato!

Club Atletico Faenza sovrano dei Cadetti

la Società faentina conquista il titolo nella greco romana bissando quello nello stile libero



di Giovanna Grasso - foto Emanuele Di Feliciano

Piccoli numeri, solo 98 gli atleti in gara, per un campionato che non potendo contare su cospicue presenze ha puntato sulla qualità, offrendo uno spettacolo tecnico apprezzabile in atleti di così giovane età e limitata esperienza agonistica. Al solito la classifica ha premiato le Società che hanno investito in termini di promozione giovanile e tra queste il Club Atletico Faenza che continua a mettere in campo le squadre più numerose e che grazie anche a questo aspetto e al di là dei risultati in termini di primi piazzamenti è riuscita, per la seconda volta in un mese, a conquistare la vetta del campionato tricolore classe cadetta. Suoi quattro dei dieci titoli messi in palio e un ampio margine di punteggio l'ha distanziata dal CUS Torino, secondo classificato con due campioni italiani.

"La gara è andata molto bene – commenta Marco Arfè, Presidente della Commissione Nazionale Attività Giovanile – abbiamo potuto osservare delle buone individualità che in alcuni casi si confermano sia per il secondo anno che nella greco romana dopo lo stile libero. Il Club Atletico Faenza ha vinto per il terzo anno consecutivo e questo è un chiaro segno che lavora bene con i ragazzi sia in termini di promozione che in quelli di qualità tecnica. Lavorano molto bene anche con le Scuole e questo è l'atteggiamento giusto per il futuro del nostro sport: occorre applicare di più il Progetto Sport a Scuola perché è lì il bacino

dal quale andare ad attingere per cercare di aumentare le presenze nelle palestre. Se tutte le Società si proponessero con costanza ai dirigenti scolastici e arrivassero ad essere una presenza fissa dei programmi di studio, sono sicuro che la situazione tesserati avrebbe un'impennata. Esattamente come fanno altri sport da sempre. Diversi nostri Club si stanno muovendo in questo senso e stanno ottenendo risultati a livello giovanile, sono fiducioso che sapremo muoverci ancora più capillarmente sul territorio per cambiare il nostro futuro. Da questo punto di vista anche il CUS Torino lavora bene, anche se mi sembra che, in questa fase, stia puntando più sulla specializzazione tecnica che sul reclutamento. In questo senso sta raccogliendo i frutti dell'atti-



Sguarniti i 42 chilogrammi: il confronto è tra Menghetti e Grandi



Subashi contro Fabbri nei 46 chilogrammi

vità di promozione degli anni passati, i risultati agonistici ci sono, infatti in questo campionato ha ottenuto due titoli. "Nel dettaglio degli incontri – prosegue Arfè – abbiamo visto riconfermati dallo scorso anno Menghetti, Sandron, Golban e Freni; quest'ultimo insieme al peso massimo Hassin Hmad hanno preso anche il titolo nello stile libero il mese scorso. Sono sicuramente ragazzi che stanno mostrando un miglioramento tecnico-tattico nella loro crescita agonistica. I primi quattro, in particolare, sono già impegnati con la nazionale giovanile per le competizioni internazionali, inoltre hanno sempre partecipato agli stage periodici di allenamento. Giovanni Freni, nei 54 chilogrammi ha vinto mostrandosi nettamente superiore nella cate-

goria. È passato dalla Polisportiva Carignano al CUS Torino dove ha maggiori opportunità di confronto agonistico e quindi di crescita tecnica. Ovviamente mi piace sottolineare la stretta collaborazione tra le Società che puntano all'evoluzione degli atleti. Nei 58 Jacopo Sandron si è posto al vertice della categoria più numerosa superando tutti gli avversari senza prendere nemmeno un punto. Ho notato un suo miglioramento anche strutturale e in termini di potenza muscolare, oltre che tecnica. E' un lottatore molto concreto.

Ho apprezzato la finale dei 69 chilogrammi dove il più piccolo dei Minguzzi, per non smentire il nome di famiglia, ha fatto un incontro molto bello. Siccome la genetica è una scienza, a sedici anni è maturato fisicamente e muscolarmente e sta mostrando una bella maestria tecnica e la voglia giusta di affermarsi sul tappeto. Anche Fidelbo, il suo avversario, ha vinto bene fino all'arrivo finale dove però Minguzzi è stato più bravo anche nella tattica.

Passando ai 50 chilogrammi Glave, di Arezzo, ha avuto la meglio in una categoria combattuta. Si era già conquistato il titolo 2014 negli Esordienti e anche in questo passaggio di classe si è mostrato il migliore con una discreta finale contro Macarie di Faenza. Debyfaentino nella categoria più leggera, solo due gli atleti in gara e alla fine

si è riconfermato Menghetti. Faentino anche Golban che si riconferma nei 63 chilogrammi. E' un ragazzo straniero in attesa della cittadinanza italiana; speriamo in un risvolto positivo perché ha talento e sarebbe utile nella categoria.

Nei 76 chilogrammi Doro ha vinto il suo primo titolo nella greco romana anche se la Polisportiva Athlon è di elezione stileliberista. Rispetto al campionato stile libero c'è stato uno scambio: Doro è passato da bronzo all'oro, mentre Giordanella che è grecoromanista, qui è arrivato secondo mentre a gennaio ha vinto il titolo stile libero.

Le categorie più pesanti hanno premiato Svaicari negli 85 chilogrammi e Hassin Hmad nei 100. Nel primo abbiamo avuto un derby romano tra due atleti della Borgo Prati: Svaicari e Militello. Una bella finale. Nei massimi il palermitano di adozione Hassin Hmad, tunisino di origine, ha vinto bene senza prendere un punto. E' un ragazzo con grandi margini di miglioramento."

Qui la classifica completa



L'aretino Glave trionfa su Macarie nei 50 chilogrammi



Giovanni Freni in finale con Coassin nei 54 chilogrammi

Campioni Italiani Cadetti greco romana 2015
 kg. 42 Nicola Menghetti - Club Atletico Faenza
 kg. 46 Daniel Subashi- Club Atletico Faenza
 kg. 50 Riccardo Glave - GS Chimera Arezzo
 kg. 54 Giovanni Freni - CUS Torino
 kg. 58 Jacopo Sandron - CUS Torino
 kg. 63 Nicolae Golban - Club Atletico Faenza
 kg. 69 Mirco Minguzzi - Club Atletico Faenza
 kg. 76 Gabriele Doro - Pol. Athlon Sassari
 kg. 85 Luca Svaicari - Borgo Prati
 kg. 100 Gacem Alex Ben Hassin Hmad - I Picciotti

Campionato Italiano Cadetti greco romana 2015

Le prime quattro Società classificate:

1. Club Atletico Faenza p. 74
2. CUS Torino p. 28
3. Pol. Santa Bona Treviso p. 25
4. Borgo Prati Roma p. 22

Riconferma di Sandron nei 58 chilogrammi, in finale contro Gallo



Riconferma anche per Golban nei 63 chilogrammi, in finale su Sanfilippo



Ancora un Minguzzi sul podio: Mirco si prende l'oro nei 69 chilogrammi su Fidelbo

Primo titolo nella greco romana per il sardo Doro, in finale contro Giordanella nei 76 chilogrammi



Derby romano tra Svaicari e Militello negli 85 chilogrammi



La finale dei pesi massimi ha premiato BenHassin su Demarchi

Il podio dei 42 chilogrammi



Daniel Subashi

Il podio dei 50 chilogrammi



Il podio dei 54 chilogrammi



Jacopo Sandron



Nicolae Golban



Mirco Minguzzi



Gabriele Doro



Luca Svaicari

Gacem Alex Ben Hassin Hmad



Il podio delle Società



Il team del Club Atletico Faenza, bis nella classifica



TROCELLEN

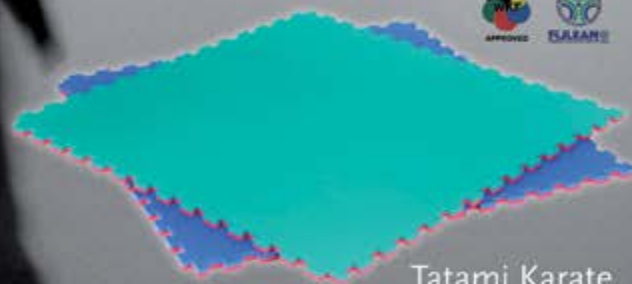
FURUKAWA Otsuka

TATAMI MULTIUSO

Anti-scivolo, leggero, lavabile, tagliato a puzzle, antifungino, antibatterico, ipoallergenico, ignifugo, ottimo assorbimento d'urto: il Tatami Trocellen è ideale sia per attività indoor che outdoor.



Tatami MMA



Tatami Karate

La FIJKAM incontra i Master



di Alessio e Andrea Macri

Nata da un'idea di Giuseppe Macri, componente della Commissione Kata & Master, la giornata "La FIJKAM incontra i Master" ha avuto un grande successo di partecipazione e di qualità. Sabato 7 marzo il Centro Olimpico Matteo Pellicone ha ospitato i master per un incontro che ha voluto unire attività tecniche di interesse generale con una serata conviviale con le premiazioni di quanti si sono distinti nei Campionati Europei, Mondiali e Italiani. Il pomeriggio è stato aperto dal Consigliere federale Stefano Stefanel ed è proseguito con un intervento tecnico di Vittoriano Romanacci, seguito da un'illustrazione in

palestra di un allenamento in grado di definire il reale allenamento degli atleti, anche "veterani". Dopo il bell'allenamento di Romanacci è stata la volta di Francesco Bruyere Paolo Bianchessi, che hanno colloquiato con i master su tecnica, tattica, strategia.

La serata si è chiusa con una cena di Gala al termine della quale sono stati premiati i medagliati agli Europei e Mondiali 2013 e 2014 e i Campioni d'Italia degli ultimi due anni. Molti i presenti che sono stati applauditi dai partecipanti alla giornata e hanno ricevuto l'attestato federale.

Il Maestro Murakami accoglie e saluta i master nella palestra di Judo del Centro Olimpico Matteo Pellicone



I premiati con i risultati ottenuti nel 2013 e 2014

GIANNA SESTIERI — TOSCANA. Campione del Mondo 2013, Campione d'Europa a squadre 2013, Vicecampione d'Europa 2013. CESARE BUSINI - PIEMONTE. Medaglia di bronzo ai Campionati d'Europa 2014. STEFANO BANI – TOSCANA. Vicecampione d'Europa 2014, Campione d'Italia 2014. ANDREA RICARDONE – LIGURIA. Medaglia di bronzo ai Mondiali 2014, ANTONELLO ALIANO – LAZIO. Medaglia di bronzo agli Europei 2014, Campione d'Italia 2014. ELENA VASILE – EMILIA ROMAGNA. Medaglia di bronzo agli Europei 2013, Medaglia di bronzo agli Europei 2014. ANGELO VITALE – CAMPANIA. Medaglia di bronzo agli Europei 2013. GIUSEPPE MACRI' – TOSCANA. Capodelegazione Europei e Mondiali 2013 e 2014, Componente Commissione Kata e Master. ELIO PAPARELLO – LAZIO. Campione del Mondo 2013, Medaglia di bronzo ai Campionati Europei 2013, Campione d'Italia 2013. ILENIA PAOLETTI – EMILIA ROMAGNA. Campione del Mondo 2014, Medaglia d'argento ai Campionati Europei 2014, Medaglia di bronzo ai Campionati Europei 2013, Campione d'Italia 2013. LUCIA ASSIRELLI – TOSCANA. Campione d'Europa 2014, Campione d'Europa 2013, Campione d'Europa a squadre 2013, Vicecampione del Mondo 2013, Vicecampione d'Europa 2013. FERNANDO MARVERTI – VENETO. Campione del Mondo 2014, Campione d'Europa 2013, Medaglia di bronzo ai Campionati d'Europa 2014. CRISTIANA PALLAVICINO – FRIULI VENEZIA GIULIA. Vicecampione del Mondo 2014, Vicecampione del Mondo 2013, Campione d'Europa a squadre 2013, Vicecampione d'Europa 2014, Medaglia di bronzo ai Campionati d'Europa 2013. ANGELA TASSI – EMILIA ROMAGNA. Medaglia d'argento ai Mondiali 2014, Medaglia di bronzo ai Mondiali 2013, Campione d'Europa a squadre 2013, Vicecampione d'Europa 2013, Medaglia di bronzo ai Campionati Europei 2014. STEFANO PRESSELLO – LAZIO. Medaglia di bronzo ai Campionati Europei 2014. GIUSEPPE GUZZO – SICILIA. Vicecampione del Mondo 2013. SALVATORE PALILLO – SICILIA. Vicecampione del Mondo 2013, Campione d'Europa 2013, Vicecampione d'Europa 2014. ALESSANDRA CARTA – SARDEGNA. Medaglia di bronzo ai Campionati Europei 2013. PIETRO MANCA – SARDEGNA. Medaglia di bronzo ai Campionati Europei 2013. FABRIZIO MURRONI – SARDEGNA. Campione d'Europa 2014, Medaglia di bronzo ai Campionati Europei 2013. YOSVANE DESPAIGNE – MARCHE. Campione del Mondo 2014. AIDA GUEMATI – VENETO. Campione d'Europa 2013, Campione d'Europa a squadre 2013. CARLANTONIO BARONI – LIGURIA. Medaglia di bronzo ai Mondiali 2014,

Medaglia di bronzo agli Europei 2014. ARMANDO VETTORI – LIGURIA. Vicecampione del Mondo 2014. MASSIMO LAURENZI – LOMBARDIA. Medaglia di bronzo ai Mondiali 2014, Campione d'Italia 2014. PIETRO MELLONE – LAZIO. Campione d'Europa 2013. CRISTINA MARSILI – TOSCANA. Campione d'Europa 2013. FRANCESCO IANNONE – PUGLIA. Vicecampione d'Europa 2013. ANDREA ALDINI – EMILIA ROMAGNA. Medaglia di bronzo ai campionati Europei 2013. GIANLUCA ARACU – SARDEGNA. Medaglia di bronzo ai campionati Europei 2013. LUIGI NAZZARRI – LAZIO. Medaglia di bronzo ai campionati Europei 2013. ANDREA ALDINI – EMILIA ROMAGNA. Medaglia di bronzo ai campionati Europei 2013. FRANCO GHIRINGHELLI – LOMBARDIA. Medaglia di bronzo ai campionati Europei 2013. IGNAZIO MARRAS – SARDEGNA. Medaglia di bronzo ai campionati Europei 2014. MARCO ZUNINO – LIGURIA. Campione d'Italia 2013. WADE CHEICK – LIGURIA. Campione d'Italia 2013. GIANLUCA PILIA – SARDEGNA. Campione d'Italia 2013. GABRIELE VERONA – TOSCANA. Campione d'Italia 2014. MARCO GIGLI – TOSCANA. Campione d'Italia 2014. CRISTINA MAGINI – TOSCANA. Campione d'Italia 2014. DEBORA LASCIALFARI – TOSCANA. Campione d'Italia 2014. NICOLA SIGNORILE – LAZIO.

In azione con grande energia!



Francesco Bruyere e Paolo Bianchessi dimostratori d'eccezione



Si lavora alla tecnica

Foto ricordo con i partecipanti e i tecnici



Degna conclusione con la cena conviviale

Un momento delle premiazioni dei medagliati Europei e Mondiali e dei Campioni italiani

Per vedere la fotogallery completa della serata clicca qui





TIMEOUT

V I D E O

Vendita promozionale sui video di produzione

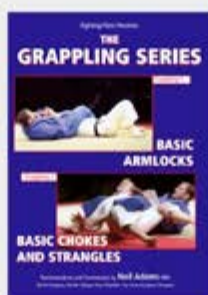
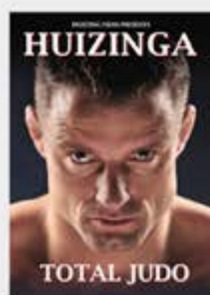
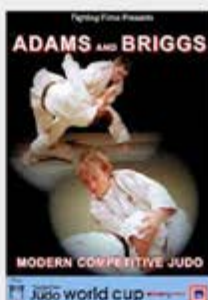
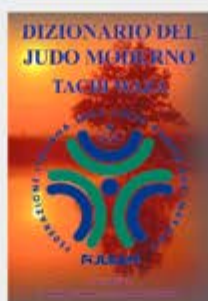
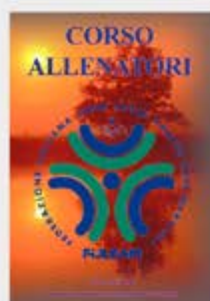


Per i lettori di Athlon tutti i dvd al prezzo speciale di

€15,00*

da oggi
disponibili
anche
in formato
FILE
DIGITALE!

CONTATTACI PER CONOSCERE GLI ALTRI TITOLI DELLA NOSTRA VIDEOTECA ALL'INDIRIZZO info@timeoutvideo.it



* spese di spedizione escluse, offerta non valida sui titoli Fighting Films

Igei, il drago che faceva judo, entra nelle scuole e lotta contro il bullismo

Bellissima iniziativa quella nata dalla collaborazione tra Stefano Pressello e Alessandro Bruyère e organizzata con l'aiuto del Comune di Fiumicino, che presenta alle scuole il drago judoka e il suo romanzo come potenti strumenti educativi

Lazio



a cura dell'A.s.d. Mushin club

Lunedì 9 marzo si è tenuto presso gli uffici comunali di Fiumicino un incontro tra Alessandro Bruyère, campione mondiale militare di judo con un ricco palmares alle spalle e autore del libro "Igei, storia di un drago che faceva judo" edito da Italiajudo, l'assessore allo sport Paolo Calicchio e i dirigenti scolastici del Comune di Fiumicino. L'incontro è stato organizzato grazie all'aiuto di Stefano Pressello, agente di Polizia Penitenziaria, insegnante di judo presso la società Mushin Club e plurimedagliato atleta Master (categoria in cui può vantare un oro Mondiale e più medaglie ai Campionati Europei), grazie al suo impegno attivo con le scuole fiumicinensi. Bruyère e Pressello sono entrambi judoka ex atleti delle Fiamme Azzurre, Gruppo Sportivo Militare per il quale i due hanno combattuto assieme per alcuni anni. L'incontro era teso a presentare al Comune, rappresentato dall'assessore allo sport, e alla Scuola di Fiumicino

un progetto che Alessandro Bruyère e i suoi editori, la Italiajudo s.r.l.s, hanno pensato per divulgare il metaforico romanzo e quindi il judo. L'idea è infatti quella di presentare alle scuole e ai profani della disciplina i valori che Igei, e quindi il judo, portano con sé. Valori ovviamente non solo riguardanti l'aspetto fisico, già di per sé imprescindibile nella crescita del bambino, ma anche e soprattutto quello disciplinare e comportamentale. Alessandro Bruyère ha presentato il suo scritto come un'allegoria di valori necessari alla società moderna. "Igei, storia di un drago che faceva judo" si propone infatti non solo come utile testo di narrativa, ma anche e soprattutto come uno strumento educativo efficace e divertente. Presenta in maniera semplice e simpatica il judo nelle sue basi più semplici, e incarna i problemi che un qualsiasi tipo di diversità comportano per bambini e ragazzi dell'era

contemporanea. Affronta inoltre tematiche nodose e importanti, che non si può fingere che non esistano nella scuola e nella società di oggi. Una su tutte quella del bullismo, trattato nel libro in maniera tale che il judo venga percepito non come una soluzione violenta, ma come una disciplina che previene lo spiacevole fenomeno, ed insegna valori e virtù che spesso rimangono nascosti al bambino. Il progetto, vede forti agevolazioni per le



scuole, in maniera tale che la divulgazione del judo possa essere facile e reale, e incontri tra l'autore del libro, i bambini (a volte lo stesso Igei) e rappresentanti delle società di judo che coprono le zone limitrofe alle scuole. La presenza di Stefano Pressello all'incontro ha infatti fatto in modo che l'assessore allo sport Calicchio e i dirigenti scolastici potessero individuare un referente a cui poter fare capo una volta che il progetto avrà preso piede. L'ex atleta Fiamme Azzurre insegna judo ai bambini presso gli istituti Lido Faro e E. Segrè di Fiumicino, ed ha messo a disposizione il suo tatami per lezioni di prova gratuite, proposte ai bambini delle scuole di Fiumicino che dopo l'incontro e dopo aver letto l'entusiasmante storia del giovane drago judoka, volessero avvicinarsi all'arte marziale. Nel pomeriggio presso la scuola elementare Lido Faro si è tenuta una prima presentazione del libro, a cui

REGIONALI JUDO

hanno partecipato ben dieci classi di una quindicina di bambini ciascuna, e in cui Alessandro Bruyère ha potuto far conoscere agli studenti il giovane drago judoka e il suo romanzo e Stefano Pressello ha potuto presentare la Mushin Club e spiegare cos'è il judo e cosa avviene durante una lezione di judo, ponendo l'accento sull'aspetto ludico-motorio e su quelli della disciplina e del rispetto delle regole, insegnati in modo divertente ma contemporaneamente con serietà. Un'iniziativa tanto importante quanto utile, che senza dubbio piano piano prenderà una forma ancora più concreta e forse riuscirà a far conoscere maggiormente il judo. Nella sua veste di affascinante disciplina olimpica e in quella di Via capace di cambiare e migliorare la vita di qualsiasi persona.



3° Trofeo Judo città di Mestre "Andrea Rossato"

Trionfa l'ASD Judo Vittorio Veneto, quinto posto per il Judokwai Mestre organizzatore del Trofeo con la fondazione Andrea Rossato

veneto



di Annamaria Bacchin

Non solo una sfida sportiva, ma anche e soprattutto una festa che ha coinvolto più di 170 piccoli judoka. Bambine e bambini provenienti da tutto il Veneto insieme ad allenatori e famiglie uniti dalla passione per una disciplina che è sport, educazione, benessere e divertimento.

Sono questi gli ingredienti del successo del Trofeo Judo Città di Mestre "Andrea Rossato" giunto quest'anno alla terza edizione e in cui nella classifica per società ha trionfato con 5 medaglie d'oro l'A.S.D. Judo Vittorio Veneto. Al secondo posto l'A.S. Judo Treviso, seguito dall'A.S.D. Kodokan Judo Vittorio Veneto, da Arti Marziali Giapponesi Judo e dall'A.S.D. Judokwai Mestre. Una competizione importante per il Judo regionale che ha riempito il Palazzetto di via Olimpia con più di trecento persone.

"Siamo davvero soddisfatti di questa giornata - ha dichiarato Giuseppe Casellato Vice Presidente del Comitato Veneto Judo della Fijlkam - Un vero e proprio successo sia per il numero degli atleti che hanno aderito all'evento insieme ai loro club, ma anche e soprattutto per l'entusiasmo e il divertimento che hanno dominato l'intera manifestazione sportiva".

E ad esprimere altrettanta soddisfazione è stato Mauro Rossato, Presidente della Fondazione Andrea Rossato: "Siamo felici che l'appuntamento con il Trofeo Città di Mestre possa accogliere tanti piccoli atleti e, personalmente, non posso che essere orgoglioso per i ringraziamenti ricevuti, proprio domenica, da parte di alcuni genitori per le attività della nostra Fondazione rivolti alla tutela e all'educazione dei più giovani".

Il Trofeo organizzato con la preziosa collaborazione del Judokwai Mestre e della Fijlkam - Comitato Veneto Judo, è stato patrocinato dalla Regione, dal Comune di Venezia - Mu-



nicipalità di Mestre Carpenedo, dalla Provincia di Venezia, dall'Ussi Veneto, dal Panathlon International di Mestre e da Sportinsieme.

La competizione è valida anche per il 3 °Circuito Veneto Judo Esordienti A (classe 2003) "Andrea Rossato" e per il Gran Premio Veneto Judo 2015 Esordienti B (classe 2002 e 2001).





ROBE DI KAPPA®

SPONSOR TECNICO



LUIGI BUSÀ

Avellino si allena con la Commissione Nazionale Attività Giovanile

Campania



di Giuseppe Gendolavigna

Il M° Antonio Lallo, responsabile regionale degli ufficiali di gara della Campania, con il patrocinio del Comitato regionale settore Karate e insieme al suo staff hanno organizzato un raduno a Mercogliano per aumentare la visibilità del Karate nell'avellinese. Domenica 22 Marzo 2015 l'allenamento fra tecnici ed arbitri con la presenza dei campioni mondiali ed europei, ha registrato un ottimo successo in termini di presenze e di promozione della disciplina. Oltre 350 i convenuti all'allenamento guidato dal M° Salvatore Nastro, Presidente della Commissione Nazionale Attività Giovanile. Alla presenza del Vicepresidente regionale del settore karate M° Nicola Mirabella, del consiglio tecnico regionale e di tutti i com-

ponenti degli staff, con le "special guest star" Domenico Maurino e Massimo Portoghese degli staff nazionali, riparte da Avellino il "secondo sabato del mese": parte pra-



tica in "gi" (il c.d. kimono dei karateka) che vale come computo dei crediti formativi per l'acquisizione delle qualifiche degli insegnanti tecnici e ufficiali di gara, e che sarà itinerante su richiesta delle palestre interessate al coinvolgimento e alla presenza dei campioni del CTR (centro tecnico regionale). Al mattino un lavoro di sviluppo delle qualità tecniche e osservative, riservato ai maestri e arbitri convenuti da

tutta la Campania, insieme ai ragazzi della nazionale giovanile. Al pomeriggio grande attenzione alle metodiche di addestramento per il gioco-karate dedicato i giovani dai 4 anni in poi, vero volano di questo sport che è anche una grande disciplina che delinea il carattere e la personalità di giovani e adulti. Un grande gruppo di lavoro di squadra, questo di Avellino, che vede in Davide Lallo (figlio d'arte) e Gianpaolo Santomauro (staff regionale), la perfetta applicazione delle direttive federali con l'intento di proporre il karate in chiave pedagogica contro lo sviluppo di comportamenti antisociali e per ridurre l'ipocinesia. La mancanza di pratica sportiva, infatti, ha determinato il triste primato della Campania nella classifica delle regioni italiane con bambini in obesità avanzata. Attraverso un'attenta analisi dei regolamenti, delle proposte delle direzioni tecniche nazionali e della Scuola dello Sport del CONI, siamo sicuri di poter affrontare il futuro con tranquillità, reclutando efficacemente e con professionalità numeri importanti di

giovani praticanti sui territori. E' quanto facciamo in regione da oltre 30 anni e i risultati ci danno ragione. Appuntamento per arbitri e tecnici l'11 Aprile a Gragnano, ricordando che proprio mediante questa formula e grazie ai sacrifici delle società sportive, degli atleti e delle famiglie, la nostra regione esprime indiscussi campioni come Luca Maresca, Alessandro Iodice, Alfredo Tocco che hanno tenuto alto il tricolore campionati europei seniores e Antonio De Stefano e Vincenzo Acerbo, avellinesi doc e al top ai campionati europei giovanili.

FJLKAM
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI
Comitato Regionale Campania Settore Karate

KARATE **空手道**

Domenica 22 Marzo 2015
presso
VIRGINIA PALACE HOTEL
Via Torone - Mercogliano - AV

IL COMITATO REGIONALE FJLKAM CAMPANIA ORGANIZZA
RADUNO MAESTRI E TECNICI DELLA REGIONE CAMPANIA
AGGIORNAMENTO PER UFFICIALI DI GARA E TECNICI
SEGUIRÀ

Allenamento con i Campioni campani

L'allenamento e' riservato alle classi: BAMBINI - FANCIULLI - RAGAZZI ed ESO/A
L'ALLENAMENTO E' A NUMERO CHIUSO MASSIMO 150 PARTECIPANTI
Con la partecipazione del Vice Presidente FJLKAM Campania
M° NICOLA MIRABELLA
e di tutti i membri della consulta regionale FJLKAM Campania:

- M° Antonio Bracciantè (Commissario Tecnico Regionale)
- M° Luigi Vitulano (Responsabile rapporti con la scuola)
- M° Raffaele Androzzi (Responsabile Attività Promozionali)
- M° Giuseppe Gendolavigna (Responsabile Organizzativo)
- M° Antonio Lallo (Commissario Regionale Ufficiali di Gara)

DOCENTE DELL'ALLENAMENTO
M° SALVATORE NASTRO
(Consigliere Federale Nazionale, Presidente della Commissione Nazionale Attività Giovanile, Cintura Nera 7° Dan)
Con la collaborazione dei tecnici del CTR Campania

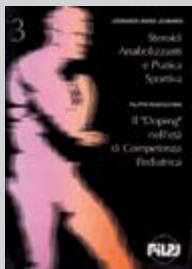
ACA digitale
CENTRO STAMPA
Inchieste - Grafiche - promozioni sportive - insegne luminose
Via R. Viviani, 19 - ☎ 0825 683388 - 83013 MERCOGLIANO (AV)
www.acadigitale.it - info@acadigitale.it



1. DOPING MEGLIO EX ATLETA CHE UOMO di Giovanni Notarnicola
Pag.62



2. FARMACOLOGIA SPORTIVA DEGLI ANDROGENI E DEGLI STEROIDI ANABOLIZZANTI NELLE PRESTAZIONI DI POTENZA di Gianni Benzi
Pag.54



3. STEROIDI ANABOLIZZANTI E PRATICA SPORTIVA di Leonardo Maria Leonardi
IL DOPING NELL'ETÀ DI COMPETENZA PEDIATRICA di Filippo Rosacchino
Pag.63



4. APPUNTI SUL DOPING di Silvio Garattini
SESSUALITÀ E DOPING IN AMBITO SPORTIVO E SUE CONSEGUENZE di Riccardo Vaccari
LA LOTTA AL DOPING NELLO SPORT di Giorgio Odaglia e Luca Ferraris - Pag. 67



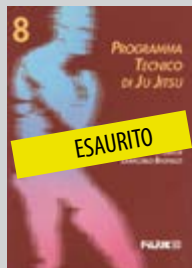
5. FONDAMENTI DI BIOMECCANICA di Attilio Sacripanti
Pag. 67



6. BIOMECCANICA DEGLI SPORT DI COMBATTIMENTO di Attilio Sacripanti
Pag. 96
(esaurito)



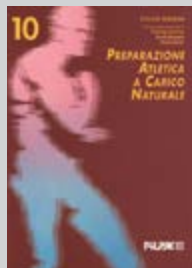
7. BIOMECCANICA DELLA PESISTICA MODERNA di Renzo Pozzo, Attilio Sacripanti ed Ernesto Zanetti
Pag. 112



8. PROGRAMMA TECNICO DI JU JITSU di Giancarlo Bagnuolo
Pag. 193
(esaurito)



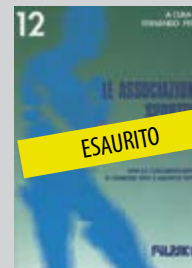
9. CRITERIUM NAZIONALE DI BIATHLON ATLETICO DI PANCA E CORSA di Stelvio Berardo
Pag. 52



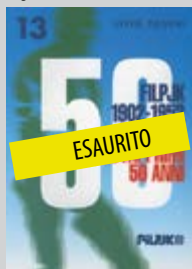
10. PREPARAZIONE ATLETICA A CARICO NATURALE di Stelvio Berardo
Pag. 115



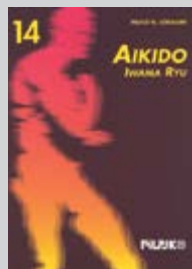
11. ALIMENTAZIONE E SPORT di Michelangelo Giampietro, Giuseppina Gagliardi e Stelvio Berardo
Pag. 127



12. LE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE
(esaurito)



13. FILPIK 1902 - 1952: I NOSTRI PRIMI 50 ANNI di Livio Toschi
Pag. 278 (esaurito)



14. AIKIDO IWAMA RYU di Paolo Corallini
Pag. 64



15. GUIDA ALL'ATTIVITÀ DIDATTICA Scuola Nazionale FILKAM (2ª edizione)
Pag. 45 (esaurito)



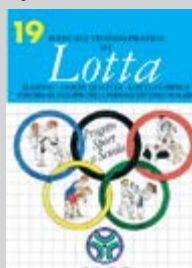
16. MGA: IL MEODO GLOBALE DI AUTODIFESA FILPIK di Giuseppe Locantore (2ª edizione) - Pag. 123 (esaurito)



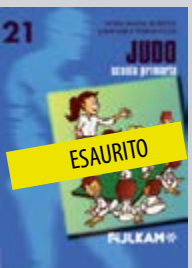
17. FILKAM 1953-1980 Le Presidenze Valente e Zanelli di Livio Toschi
Pag. 493



18. Manuale teorico-pratico di Karate - Scuola elementare e media di 1° e 2° grado di Pierluigi Aschieri - Pag. 131 (esaurito)



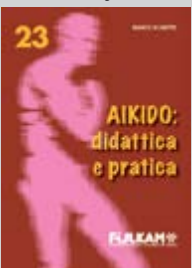
19. Manuale teorico-pratico di Lotta - Il gioco - Giochi di Lotta - Lotta olimpica - Percorso di sviluppo della personalità dello scolaro - di Vitucci, Marini, Noia e Galli - Pag.92



21. Judo - Scuola Primaria di Rosa Maria Muroli ed Emanuela Pierantozzi
Pag. 60 (esaurito)



22. 101 ANNI DI MEDAGLIE 1906 - 2007 di Livio Toschi
Pag. 112



23. Manuale di Aikido: didattica e pratica di Marco Rubatto
Pag. 382



24. 1° Quaderno Tecnico Fijlkam: Documenti tecnico-scientifici Atti dei Seminari Tematici 2007-08 di Renato Manno
Pag. 96



25. FILKAM 1981-1994 La Presidenza Pellicone (prima parte) di Livio Toschi
Pag. 271



1902-2002: 100 ANNI DI STORIA - Durata 60'. La storia della FJLKAM (le olimpiadi, i mondiali, i pionieri) raccontata attraverso fotografie e filmi di grande interesse storico (DVD)



LA STORIA DELL'UOMO. UNA LOTTA PER LA VITA (l'istinto della sopravvivenza) - Durata 21' - Un'analisi scientifica delle radici psicologiche delle arti marziali (DVD)



CENTENARIO FJLKAM: 1902-2002 - Durata 44' - La grande festa del centenario FJLKAM del 7 dicembre 2002, più la importante e completa manifestazione di arti marziali della storia (videocassetta)

IN PREPARAZIONE

20. Manuale teorico-pratico di Judo - Scuola elementare e media di primo e secondo grado di Nicola Moraci

Prezzo di ciascun volume: 10 euro (addebito costo in applicazione al DPR 917/86 art. 148 c. 3, escluso IVA art. 4 c.5 DPR 633/72)

Per ordinare i volumi: effettuare il versamento sul conto corrente postale

26 90 19 intestato a:

C.O.N.I. F.I.J.L.K.A.M. - Via dei Sandolini, 79 - 00122 Roma

Inviare una richiesta scritta via fax, o mail con allegata fotocopia del versamento effettuato, indicando i volumi desiderati ed il recapito postale a:

FJLKAM - Ufficio Stampa

e-mail: stampa@fijlkam.it - fax 06 56191527

Via dei Sandolini, 79 - 00122 Ostia Lido RM

23° trofeo Internazionale di Judo Yamashita Giano Dell'Umbria/Terni Successo pieno della manifestazione

Umbria



di Marco Parmegiano Palmieri e Manola Sabatini

Si chiude il sipario sul 23° Trofeo Internazionale di Judo denominato "Yamashita Giano dell'Umbria" svoltosi al palatennistavolo A. De Santis di Terni il 14 e 15 marzo. La manifestazione judoistica dei grandi numeri ha avuto: 1057 gli atleti nelle varie classi di gara, la gestione dell'evento ha richiesto l'impegno e la professionalità di 41 gli ufficiali di gara e 30 i volontari per due giorni.

Sulle sei aree di gara allestite dalla Polisportiva Yamashita Giano dell'Umbria, Sabato 14 marzo di scena la seconda tappa del Grand Prix Senior/Junior valida per il punteggio di ammissione al Campionato Italiano 2015; 377 gli atleti che si sono confrontati, provenienti da 70 club di 19 regioni italiane isole comprese. Alto il livello tecnico del judo visto a Terni per i tanti atleti di valore nazionale ed internazionale presenti.

Queste le prime cinque società della classifica finale: 1. A.S.D. Banzai Cortina Roma p. 68, 2. G.S.Fiamme Oro Roma p. 42, 3. Accademia Torino SSD p. 24, 4. ASD POL. D.L.F. Yama Arashi Udine p. 24, 5. A.S.D. Fitness Club Nuova Florida p. 22

La prima società Umbra è il Kodokan Spello al decimo posto grazie anche al terzo posto di Filippo Battistoni nella cat. +100 Kg. Gli atleti Umbri che si sono comunque distinti in questa seconda tappa di Grand prix sono stati: Elisa Mazzetti nella cat. kg 52 - seconda classificata - Judolimpic Perugia, Daniele Sciabola cat. kg 90 - quinto classificato - X2 Spoleto. Da citare Fabio Andreoli, umbro ex atleta della Polisportiva Yamashita di Giano dell'Umbria che nella cat. 66 kg è terzo classificato (dal gennaio 2008 in forza al G.S. Carabinieri Roma).

Anche domenica 15 marzo, seconda giornata di gare caratterizzata dal 17° trofeo Judo Umbria Green ha visto prevalere il Banzai Cortina Roma sul Judo Club Trani per soli due punti.

Tra le prime cinque società della classifica finale si pone in evidenza la società umbra "I Poeti del Judo Perugia al quarto posto.

Queste le prime cinque società della classifica finale: 1. A.S.D. Banzai Cortina Roma p. 30, 2. Judo Trani p. 28, 3. Fazi Club Pesaro p. 26, 4. A.S.D. I Poeti del Judo p. 24, Club Kodokan Judo Caserta p. 18

Questi I numeri degli atleti partecipanti:

Esordienti B nati 2002 -2001 sono stati 202; gli esordienti A nati nel 2003 sono stati 85; i bambini e fanciulli e ragaz-



Lamberto Parmegiano Palmieri durante le premiazioni

zi, nati nel 2004 e precedenti, sono stati 257 per un totale di 544 che sommati ai 511 atleti del sabato ci danno 1051 atleti presenti, circa 70 in più rispetto allo scorso anno. Hanno portato il saluto delle istituzioni sportive e di governo del territorio, il Sindaco di Giano dell'Umbria Ing. Marcello Bioli, l'Assessore allo sport del Comune di Terni Emilio Giacchetti, il Presidente del CONI Umbria Gen. Domenico Ignozza, il Presidente della FIJLKAM Umbria M° Massimo Bistocchi e il Vice Presidente responsabile del settore Judo Leonardo Perini, il Presidente dello CSEN Regionale Prof. Fabrizio Paffarini, il responsabile nazionale del settore Judo CSEN M° Franco Penna, M° Ernesto Gaverina Presidente onorario della FIJLKAM Umbria. Da sottolineare la presenza del Consigliere Nazionale della FIJLKAM M° Gianni Strazzeri e del M° Antonio Di Maggio. Il M° Lamberto Parmegiano Palmieri dice: "

REGIONALI JUDO

Dopo tanta fatica, ma altrettanta soddisfazione per la riuscita della manifestazione è con piacere che rivolgo un sincero e particolare ringraziamento al Presidente Massimo Bistocchi per il fattivo contributo personale e al Vice presidente della FIJLKAM Judo Umbria Leonardo Perini per quanto fatto per il buon fine della manifestazione. Ringrazio altresì, gli oltre duecento club judoistici che nei due giorni di gara hanno partecipato; i rappresentanti delle istituzioni e i volontari che hanno reso possibile questa edizione. Appuntamento a tutti per la 24 edizione, che si svolgerà sempre a Terni nel primo o secondo fine settimana di marzo 2016.



Elisa Mazzetti in azione

Il podio dei 66 chilogrammi



Il podio dei +100 chilogrammi



Pablo Tomasetti oro + 100 chilogrammi

Le autorità presenti hanno dato prestigio alla gara



Gran Premio Giovanissimi 2015

Lazio



di Stefano Zega

Si è svolto al Palazzetto dello sport di Bracciano, il primo marzo scorso, la prima prova del Gran Premio Giovanissimi 2015, gara riservata alle fasce Ragazzi e Fanciulli maschili e femminili. Sono stati allestiti sei tatami per far affrontare i giovani judoka e lo Staff Ufficiali Gara del Comitato Regionale Judo Lazio, guidato dall'insossidabile Coordinatore Gara Cirilli Fabio, composto da 12 Presidenti di Giuria e i 25 Arbitri con a capo il Commissario gara Francesco Soldano hanno portato la gara a termine in sole tre ore per i Ragazzi che contavano 260 partecipanti e in due ore per i 190 Fanciulli, a testimonianza di un protocollo gara efficiente e consolidato.

Soddisfazione per il M° Nicola Signorile organizzatore dell'evento con i suoi associati dell'A.S.D. Epomeo, che si sono adoperati sotto ogni punto di vista per la riuscita della manifestazione.

Grande successo per questi Gran Premi a cui il Presidente del C.R. del settore Judo M°B. Gennaro Maccaro tiene in particolare modo, sia per l'attività propedeutica-sportiva, sia per l'aggregazione dei giovani, sia perché sono le fondamenta del judo delle Associazioni e non ultimo, saranno i futuri judoka.

La presenza di oltre 450 atleti appartenenti a 65 società dimostra ancora una volta la voglia di partecipare ad iniziative sportive e a momenti di confronto con se stessi e con gli altri che sta a significare una crescita dell'individuo sia emotiva che caratteriale.

Si ringrazia il Sindaco di Bracciano Giuliano Sala che ha onorato la manifestazione.

Un ringraziamento all'Associazione Epomeo e al C.R. Judo Lazio per la fattiva collaborazione.







F.I.J.L.K.A.M.
ITALIA

MERCHANDISING

MERCHANDISING UFFICIALE FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

La Federazione, per diffondere in maniera sempre più efficace la propria immagine e consolidare il legame con i propri appassionati, ha deciso di realizzare una linea di articoli merchandising a marchio FIJKAM.

La nuova linea merchandising è già disponibile sul nostro sito internet, e prevede sia articoli per il tempo libero, sia oggetti più istituzionali e di rappresentanza.

Kappa è il nuovo sponsor tecnico della FIJKAM che prevede la fornitura di articoli per il tempo libero, allenamento e rappresentanza. La collezione è stata sviluppata sul recente successo della linea EROI ITALIA.

Gli articoli presenti on line possono essere acquistati con differenti modalità e quantità, e saranno spediti a domicilio in pochi giorni direttamente dalla ditta ICE. Inoltre, durante le più importanti manifestazioni organizzate dalla Federazione, sarà possibile acquistarli direttamente allo stand del Merchandising FIJKAM.

Le società affiliate alla FIJKAM hanno diritto ad uno sconto del 10% su tutti gli ordini. Molti dei suddetti prodotti possono anche essere personalizzati con il marchio o il nome, ad esempio, della Società Sportiva, offrendo quindi, un ulteriore servizio a tutti coloro che vorranno vivere a pieno la Federazione.



Per contatti: ICE srl - Via degli Acquaioli, 16 - 57121 Livorno
Indirizzo e-mail: fijklkam@ice-srl.it - telefono: 0586. 425709 - fax 0586. 428951
Sito federale: www.fijklkam.it - Merchandising

Asd Judo Frascati, Mascherucci d'argento nel Gran Prix Master di Genova

Lazio



di Area comunicazione Asd Judo Frascati

L'Asd Judo Energon Esco Frascati festeggia un altro titolo conquistato da un "vecchietto" (si fa per dire) terribile. Il 44enne Roberto Mascherucci, infatti, ha vinto la medaglia d'argento nel Gran Prix di Genova nella categoria Master, la prima delle cinque tappe del campionato italiano. Il judoka tuscolano ha combattuto nella categoria dei 73 chilogrammi (invece di quella "consueta" dei 66 chilogrammi) perché non si è potuto allenare spesso per via di problemi lavorativi e ha vinto in maniera forte e prepotente tre incontri prima del tempo limite combattendo veramente bene e accedendo poi alla finale dove ha ceduto al cospetto del forte Gabriele Verona. «Dopo i primi trenta secondi di combattimento mi sono stirato alla schiena – spiega Mascherucci – cercando di portare a terra un avversario molto forte, di fatto si è compromessa tutta la finale. Sono comunque veramente felice di questo risultato, davvero inaspettato considerando che è un mese che non mi alleno.

Non pensavo di fare una gara così bella, con astuzia e prepotenza. Comunque complimenti al grande Gabriele Verona: è sempre un piacere combattere e battersi con lui».

Ma l'Asd Judo Energon Esco Frascati è stata presente anche in un altro appuntamento molto importante, vale a dire il 23° trofeo internazionale Giano dell'Umbria riservato alla categoria Seniores delle cinture nere che ha visto un'altissima partecipazione. Molto bene Daniele Mattozzi che ha ottenuto il quinto posto finale dopo aver vinto quattro dei sei incontri disputati nella categoria 60 chilogrammi e che tra l'altro sabato scorso è stato premiato come atleta dell'anno del Judo Frascati nell'ambito della manifestazione organizzata dal Comune. Al trofeo ha partecipato anche Lorenzo Ranalli nella categoria 81 chilogrammi: per lui, dopo due incontri vinti, è arrivato uno stop al terzo turno.



A. Mascherucci in argento al Gran Prix Master di Genova

Cinque medaglie azzurre all'Eurometropole Masters

Lazio



a cura della ASD Mushin Club Roma

Alla 7° Edizione dell'Eurometropole Masters Print S.A. presso Lille France, organizzato dal comitè nord judo, l'appuntamento più importante del circuito francese al quale hanno partecipato oltre 552 atleti provenienti da 14 Nazioni svoltosi il 30 e il 31 gennaio 2015. Non hanno deluso le attese andando a prendersi per la medaglia più pregiata della rassegna continentale, gli atleti Master Stefano Pressello kg 90 m4, Nando Marverti 81 chilogrammi e m3 Matteo Lavarini 73 chilogrammi m2, ottima la prestazione di Aurora Calamo nella 70 chilogrammi f5 conquistando l'argento e il Bronzo di Paolo Mennini 90 chilogrammi m1.

Tutti i confronti hanno visto opposto ad atleti francesi, beniamini di casa e protagonisti assoluti nelle altre categorie, dove evidentemente sono mancati dei personaggi come il nostri atleti master in grado di opporsi allo schiacciante predominio d'oltralpe. Inni nazionali quindi per Stefano Pressello, Nando Malverti e Matteo Lavarini, dove hanno dominato le rispettive categorie, con intelligenza e tattica superiori, conquistando i gradini più alto del podio. Ottima l'organizzazione nel l'accogliente struttura Espace Jean Richmond della cittadina di Mouvaux.



Stefano Pressello in oro nei 90 chilogrammi M4



Oro per Matteo Lavarini nei 73 chilogrammi M2

Nando Malverti in oro negli 81 chilogrammi M2



Espace Jean Richmond di Mouvaux

Aurore Calamo in argento nei 70 chilogrammi F5



Bronzo per Paolo Mennini nei 90 chilogrammi M1

Il cervello: le sue debolezze, le sue grandi risorse, non sprechiamole!

Friuli Venezia Giulia



di Anna Devivi

Nella serie dei Grandi Eventi alla KARATE DO TRIESTE, l'organizzazione di due importanti avvenimenti che hanno coinvolto più di 150 atleti triestini in collaborazione con il comitato regionale Fijlkam Friuli Venezia Giulia. Relatore speciale dei simposi il ricercatore della SIS- SA - Scuola Internazionale Superiore di Studi Avanzati dott. Stefano Canali, del Laboratorio Interdisciplinare per le scienze naturali ed umanistiche. Oggetto dell'evento: il cervello, le sue peculiarità, particolarità, conoscenze e soprattutto le sue debolezze. Le due sessioni sono state divise dal relatore

per ordine d'età ed esperienza, la prima rivolta ai ragazzi ed adolescenti e la seconda ai maggiorenni. Il Canali ci ha fatto viaggiare attraverso il cervello partendo da notizie basiche medico-scientifiche fino ad arrivare a rappresentare sul grande schermo della palestra esperimenti sulle dipendenze benefiche e pericolose, i vantaggi e svantaggi di una vita "spericolata".

"Accentuare gli effetti è compito del cervello: nel bene e nel male - riferisce il dott. Canali. Ed è così che sentiamo piacere dopo un allenamento intenso, ci sentiamo appagati, ricompensati. Artefice di questo miracolo la piccola area del cervello della ricompensa e del piacere, che però può essere sollecitata sinteticamente dalle droghe e dall'alcol ed il loro largo consumo inappropriato lo conferma.

Lo sportivo è drogato di sport, da ormoni prodotti interamente da noi stessi ed in maniera efficiente e naturale, così non è con le sostanze psicotiche che riproducono lo stesso effetto senza alcuno sforzo, offrendo un'apparente felicità e benessere ma che ha un effetto disastroso sulle nostre cellule, le inganna e le impoverisce "a vita".

Tutti gli atleti intervenuti sono rimasti letteralmente a bocca aperta dalla presentazione dello scienziato. Grazie di cuore!



Sport agonistico negli over 50

di Marco Petrucci (Responsabile Sanitario Centro Olimpico FIJKAM)

illustrazione Claudio Marchese

L'attività sportiva agonistica negli over si sta sempre più diffondendo. Allenarsi e gareggiare, a questa età prevede degli accertamenti e degli accorgimenti per salvaguardare l'apparato muscoloscheletrico e cardiovascolare. L'elasticità tendinea e cartilaginea con l'aumentare dell'età diminuisce così come quella muscolare. E' evidente che il nostro over atleta dovrà effettuare degli allenamenti mirati e di intensità adeguata. Le cartilagini del ginocchio dell'anca, sono maggiormente sottoposte a stress specialmente negli sports tanto in voga negli over: la corsa e la bicicletta. Le continue sollecitazioni di compressione, determinano una usura della cartilagine, che letteralmente si consuma, esponendo le facce articolari ossee a traumi. Per il cuore, vale la stessa cosa. Il muscolo cardiaco è un muscolo scheletrico specializzato, ma l'usura dell'età vale anche per lui. Sottoporre l'apparato cardiovascolare a stress continui non va certo bene, continue variazioni di frequenza possono determinare alterazioni del ritmo basale, il recupero cellulare non è certo quello giovanile. L'attività aerobica a frequenza controllata invece, porta giovamento all'organismo ed all'apparato cardiaco in genere. Diminuzione della pressione arteriosa, del colesterolo, della glicemia aumento della elasticità vasale, sono tutte condizioni che rallentano l'invecchiamento cellulare e di conseguenza di tutto l'organismo. Il sovrappeso è il nemico principale degli over, sia dal punto di vista ortopedico che cardiovascolare il peso corporeo aumenta il lavoro e di conseguenza l'usura. Improvvisarsi atleti agonisti quando si è in sovrappeso, rappresenta un doppio rischio. La condizione atletica per affrontare una gara, si deve raggiungere gradualmente rispettando delle tabelle di allenamento ben stabilite, che solo un preparatore atletico può consigliare.

Prima di diventare atleti agonisti over, è consigliabile una consulenza medico sportiva e cardiologica, che possano insieme, valutare sia le condizioni generali ed atletiche sia quelle cardiologiche. Un consiglio che mi sento di dare a tutti gli over: rispettatevi, rispettate i vostri limiti, ascoltate il vostro corpo che vi parla e vi da dei segnali che vanno rispettati SEMPRE!!!



Foeldeak® Wrestling Mat School Edition

Leggero, robusto e economico! Ideale per bambini, principianti e sport scolastico.



❖ Foeldeak® Wrestling Mat Elements

- Dimensioni della Materassina: 1.000 x 1.000 o 1.000 x 2.000 mm (peso 2,5 o 5 kg)
- Spessore: 40 mm
- Taglio laterale: senza laminato
- Lato superiore: Superficie liscia bordata con moquette grigia per il fissaggio con il velcro del telo di copertura
- Lato inferiore: Strato anti scivolo
- Materiale di riempimento: struttura di riempimento ultra leggera in polietilene



❖ Foeldeak® Wrestling Mat Cover with Velcro Closure

- Materiale del telo: 100% poliestere, strato PVC su entrambi i lati
- Sistema di fissaggio: Chiusura a Velcro
- Termostabile da -30 °a + 70 °C
- 2 loghi "Foeldeak" stampati in bianco nella zona di protezione
- Colore: Doppia Colorazione giallo-rosso-giallo o blu-rosso-blu



Prices Foeldeak® Wrestling Mat School Edition:

5 x 5 m	1.365,20 €
6 x 6 m	1.859,00 €
7 x 7 m	2.587,90 €
8 x 8 m	3.130,30 €
9 x 9 m	3.877,90 €
10 x 10 m	4.656,60 €

Prezzo compresa IVA, consegna franco palestra.

Telefono:

+49 (8171) 38524-26

Fax:

+49 (8171) 38524-29

E-Mail:

sportmatten@foeldeak.com

www.foeldeak.com

Cento anni fa moriva eroicamente Umberto Cristini, che cercò di divulgare il jujitsu in Italia

di Livio Toschi

Umberto Cristini nasce a Rezzato (Brescia) il 10 luglio 1878. Laureato in chimica, poliglotta, è uomo di notevole e versatile ingegno, che lo porta anche a organizzare manifestazioni artistiche e spettacoli teatrali. La rivista *Lo Sport fascista* così lo ricorda nel giugno 1930: «Alto, asciutto, vigoroso, Cristini aveva una maschia fisionomia, l'occhio vivace, il tratto signorile».

Vita avventurosa la sua: nel Transvaal combatte valorosamente coi Boeri contro la Gran Bretagna, guadagnandosi l'amicizia di Christiaan Rudolf de Wet (1854-1922). Il leggendario generale boero, «in ricompensa degli atti di valore compiuti», acconsente perfino che Umberto assuma il cognome Cristini Dewet. Con gli Inglesi si schiera invece Peppino Garibaldi (figlio di Ricciotti e, quindi, nipote dell'Eroe dei Due Mondi), che comanderà il reggimento italiano nelle Argonne durante la Grande Guerra, avendo proprio Cristini ai suoi ordini.

Nel Transvaal il poliedrico Umberto apprende il jujitsu e vince per 4 anni il campionato locale.

All'inizio del Novecento le arti marziali giapponesi si diffondono rapidamente in Europa e negli Stati Uniti. Nel nostro paese ricordiamo alcuni incontri sostenuti nel marzo 1906 dall'americano Witzler al teatro Adriano di Roma nelle pause di un torneo internazionale di lotta greco-romana e l'esibizione di tre giapponesi al Club Atletico Romano nell'aprile dello stesso anno. La prima vera dimostrazione di jujitsu in Italia ha luogo a Roma il 30 maggio 1908 nell'incantevole scenario di Villa Corsini, alle pendici del Gianicolo. Incuriosito, pochi giorni dopo re Vittorio Emanuele III chiede di ripetere l'esibizione nei giardini del Quirinale e si diletta a scattare numerose foto ai due baldi marinai reduci dall'Estremo Oriente (Giuseppe Guzzardi ed Emanuele Vegliante), che s'impegnano con patriottica disciplina a intrattenere la famiglia reale. Malgrado il buon esordio, da noi il cammino del jujitsu è lento e difficile.

Dal 16 gennaio 1911 si disputa al teatro Eden di Milano il Torneo di lotta delle Nazioni, cui prendono parte numerosi campioni professionisti, tra i quali l'invincibile triestino Giovanni Raicevich e Akitaro Ono, un giapponese



Cristini a Johannesburg nel 1905 (è il secondo da destra)

esperto di judo (4° dan del Kodokan) ma voglioso di misurarsi nella greco-romana. Ono è già stato negli USA, a Cuba, a Berlino, a Londra e a Parigi, dove Raicevich lo ha sconfitto durante il campionato mondiale 1908. In Italia Akitaro si ferma poco e dopo essere stato nuovamente battuto da Raicevich raggiungerà l'amico Mitsuyo Maeda all'Avana. Durante il torneo milanese Ono sfida i lottatori occidentali a misurarsi con lui nella sua disciplina preferita, offrendo 200 lire – una bella somma per l'epoca – a chiunque riuscirà a restare in piedi per almeno due minuti.

Raccolgono la sfida Ambrogio Andreoli, campione italiano di lotta (pesi massimi) nel 1910, e Cristini, più volte – come si è detto – campione di jujitsu in Sud Africa. L'estroso bresciano pratica anche il pugilato ed è il primo arbitro ufficiale italiano di boxe, assieme al celebre giornalista sportivo Arturo Balestrieri.

Il 28 gennaio Andreoli è sconfitto in soli 20" con un *tomoe-nage* e conseguente strangolamento. Il 29 gennaio, sempre quale "contorno" al torneo di lotta, Cristini sostiene un brillante incontro con Ono, dimostrando «inconfutabilmente di essere uno specialista finissimo nell'arte nipponica della difesa personale» (*La Gazzetta dello Sport*, 30 gennaio 1911). Pur avendo abilmente schivato diversi attacchi, deve però arrendersi dopo 4'20" a uno sgambetto del corpulento avversario seguito da uno strangolamento a terra.

Visto il successo dell'incontro, il giorno seguente i due av-

versari sono nuovamente di fronte in un'applaudita esibizione che vuole far comprendere al pubblico le principali tecniche della disciplina, certamente efficaci e spettacolari, ma ancora assai nebulose, non solo per gli spettatori. Infatti, non esistendo un regolamento internazionale, gli atleti devono di volta in volta accordarsi con l'arbitro sulle norme da applicare. Al Trianon di Milano, due settimane dopo la chiusura del torneo all'Eden, una troupe di giapponesi si esibisce in combattimenti di sumo e di jujitsu. Anche questa volta Cristini si fa avanti senza paura, venendo sconfitto il 9 marzo



Il monumento eretto al leggendario generale boero Christiaan Rudolf de Wet a Bloemfontein

1911 dal forte Agatawa dopo 8' di strenua difesa. Da ricordare, nel novembre 1911 e nel gennaio 1913, le sfide milanesi ad Andreoli (Teatro Lirico) e a Giovanni Raicevich (Trianon) nel tentativo di dimostrare la superiorità del jujitsu sulla lotta greco-romana. Il primo match, durato 5', finisce in parità; il secondo non ha storia: Raicevich, eludendo un tentativo di *tomoe-nage*, porta a terra l'avversario, gli blocca il braccio destro tra le gambe e mette in leva il sinistro. Vince pertanto l'incontro in 40" e il temerario Umberto esce malconco dal combattimento. Nonostante l'entusiasmo profuso e la curiosità iniziale del pubblico (che la stampa dell'epoca cerca di soddisfare con pubblicazioni spesso dozzinali), Cristini incontra difficoltà pressoché insormontabili a propagandare la disciplina in un paese che nella greco-romana vanta solide tradizioni e grandi campioni come Raicevich e Ubaldo Bianchi, Elia Pampuri ed Enrico Porro. Mostra un totale

disinteresse per la lotta giapponese anche la *Federazione Atletica Italiana* (fondata a Milano il 18 gennaio 1902), che in questo periodo si occupa di lotta greco-romana, di sollevamento pesi e di pugilato, ma non vuol sentir parlare di lotta libera, né tanto meno di catch o di jujitsu.

Grazie alla fama di grande preparatore conquistata in Sud Africa (fra i tanti atleti che si affidano alle sue cure cito il maratoneta Charles Hefferon, secondo ai Giochi di Londra nel 1908), Cristini diviene allenatore e massaggiatore del famoso pugile Georges Carpentier, campione mondiale. Scrive Camillo Marabini nel libro *La rossa avanguardia dell'Argonna*: «Umberto a Parigi è *l'enfant gâté* degli ambienti sportivi».

Scoppiata la Grande Guerra, mentre l'Italia resta ancora neutrale, Cristini si arruola volontario tra gli oltre duemila garibaldini del 4° reggimento della Legione straniera, che



Dimostrazione di jujitsu a Villa Corsini - Roma, 30 maggio 1908 (da La Tribuna illustrata)

si apprestano a combattere nelle Argonne al comando del colonnello Peppino Garibaldi (1879-1950). A Montéli-mar, punto di raduno dei volontari italiani, si fa fotografare con indosso il cappello boero che portava nel Transvaal, la camicia rossa e una fascia tricolore. Ha lo sguardo rivolto a un cartello sul quale è indicata la meta agognata: Trieste. Commenta *Lo Sport illustrato* nel gennaio 1915:

«Cristini era, si può dire, il più popolarmente simpatico, sia fra i soldati e gli ufficiali che fra gli abitanti di tutti i luoghi dove ha sostato la legione. Era stato per molto tempo intendente del reggimento; pensava a tutto, era l'uomo indispensabile in ogni circostanza, il braccio destro del colonnello Bertin, il comandante del deposito di Montéli-mar, che lo prediligeva fra tutti gli ufficiali italiani. Quando il reggimento partì per il fronte, Bertin lo invitò a rimanere con lui. Ma Cristini era un veterano di una guerra gloriosa: egli che aveva combattuto già coi boeri non poteva ora rimanere lontano dal fuoco».

Nei sanguinosi scontri del 26 dicembre 1914 e del 5 gennaio 1915 cadono Bruno e Costante Garibaldi, fratelli di Peppino. Cristini – che comanda i mitraglieri del 2° battaglione – muore il 9 gennaio 1915, a soli 37 anni. Come ricorda Marabini nel suo libro, viene citato all'Ordine del Giorno dell'Armata: «Il sottotenente Cristini l'8 e il 9 gennaio si mostrò degno di un antico romano: ferito, continuò a incoraggiare i suoi uomini e a battersi fino alla morte». «Abbracciatemi Peppino. Viva l'Italia!», sono le sue ultime parole.

Scompare così, scrive *La Gazzetta dello Sport* il 15 gennaio 1915, «una delle più simpatiche e originali figure dello sport italiano». Ma tutti i garibaldini combattono valorosamente, lasciando sul campo 300 morti e 400 feriti. Gli stessi ufficiali francesi li definiscono "meravigliosi". Il 4° reggimento è sciolto il 6 marzo 1915, alla vigilia dell'entrata in guerra dell'Italia.

Il 30 marzo 1924 viene costituita a Roma la *Federazione Ju-Jitsuista Italiana*, ma nessuno si ricorda del precursore Cristini. Soltanto molti anni più tardi Giovanni Valente, presidente della *Federazione Italiana Atletica Pesante* (già FAI), istituisce i Trofei di Propaganda e nel 1943 intitola a Cristini – chissà perché – non il trofeo di judo, ma quello di lotta libera. Poi ancora silenzio sull'eroico "sportivo in camicia rossa" finché non cominciai io, vent'anni fa, a interessarmi di questo affascinante personaggio, certamente meritevole di maggiore considerazione.

Giovanni Raicevich: neppure il jujitsu può fermare il campione triestino



Il lottatore statunitense Witzler, protagonista dei primi combattimenti di jujitsu disputati a Roma (marzo 1906)



Il giapponese Akitaro Ono a Milano nel 1911



Cristini, al centro del ring con le braccia alzate, esulta per il successo di Georges Carpentier su Bombardier Billy Wells e la conquista del titolo europeo dei pesi massimi nel 1913



La bandiera del reggimento italiano che combatté eroicamente nelle Argonne

Cristini a Montélimar nel 1914



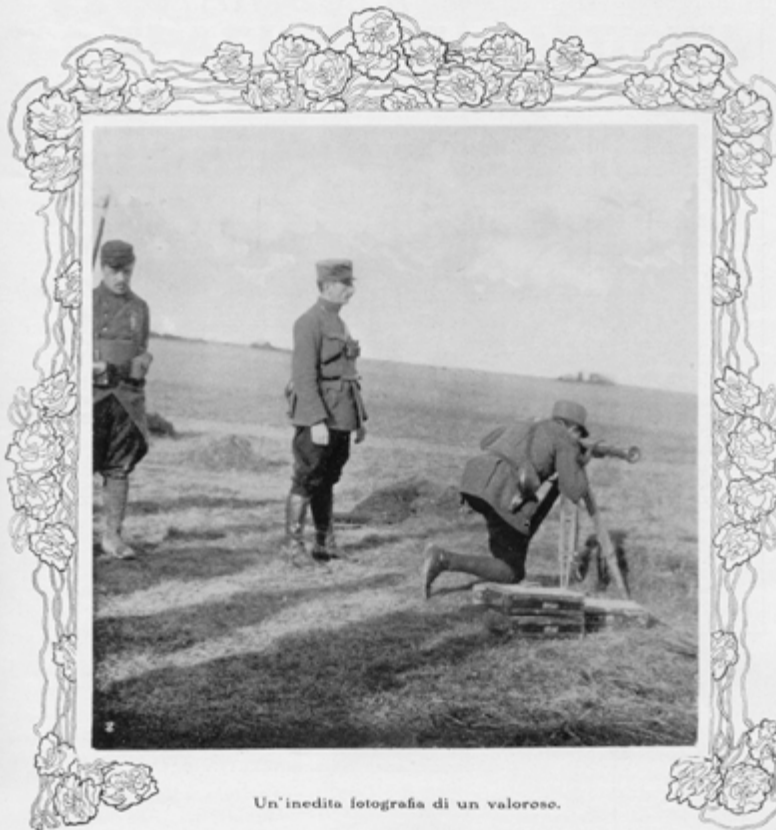
Cristini in una foto del 1914



Garibaldini nelle Argonne: il primo da destra è il colonnello Peppino Garibaldi, il secondo è Cristini

Anno III - N. 4 - 28 Febbraio 1915.

Esce il 15 e il 30 di ogni mese.



Un'inedita fotografia di un valoroso.

UMBERTO CRISTINI, lo sportista ben noto, che ha trovato una morte valorosa negli insanguinati campi delle Argonne, attende che il maggiore LONCO controlli la giustezza del filo di una mitragliatrice della sezione che il povero nostro CRISTINI comandava.

Cristini nella postazione di mitragliatrici da lui comandata (da Lo Sport illustrato)


ROBE DI KAPPA®



PHOTO: MARCO BOGLIONE

SPONSOR TECNICO



FIJLKAM

FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI



Federazione Sportiva Nazionale
riconosciuta dal Coni



JUDO LOTTA KARATE

**IL DIVERTIMENTO
SI FA SPORT**

**LO SPORT
SI FA EMOZIONE!**

AGGREGAZIONE

GIOIA

EQUILIBRIO

RISPETTO

TECNICA

PASSIONE

EDUCAZIONE

ARMONIA

WWW.FIJLKAM.IT

Grafica Monica Filosini

