

periodico online della FIJKAM - anno 5°

No. 4 aprile 2013

ATLET



Judo: Grand Prix di Samsun



Karate Campionati Italiani Assoluti Kumite



Lotta: Campionato Italiano Esordienti greco romana

ATTIVITÀ INTERNAZIONALE

Lotta Europei seniores: partenza lenta di Giovanna Grasso 3

Judo La corsa degli azzurri è ripresa con il Grand Prix a Samsun di Enzo de Denaro 7

ATTIVITÀ NAZIONALE

Judo EJU Kodokan Seminar 2013: il fotoracconto foto di Emanuele Di Felicianantonio 13

Karate Ciak: vanno in onda gli Assoluti di Daniele Poto 21

Lotta Grandi numeri, bel Campionato per i Tricolori Esordienti greco romana di Giovanna Grasso 28

ATTIVITÀ REGIONALE

Judo International Skorpion Camp, in 650 sul tatami a Lignano di Enzo de Denaro 34

VARIE

Lo Sport è modello di Vita di Vanni Loriga 38

Medicina Le categorie di peso: il nostro grande problema di Marco Petrucci 41

Il nostro racconto inizia Tbilisi dove si sono svolti gli Europei di Lotta classe seniores. Non troppo fortunati, per la verità, per la compagine azzurra, ma il racconto del DT Caudullo chiarisce quanto di sperimentale c'è stato nella trasferta georgiana, prima gara internazionale dell'anno. Inizio più proficuo per il Judo che al Grand Prix di Samsun non ha conquistato medaglie, ma ha ottenuto due quinti posti e due settimi lasciando comunque soddisfatto lo staff tecnico anche in considerazione delle nuove regole di arbitraggio. Un importante appuntamento si è svolto nella "casa" di Ostia con l'EJU Kodokan Seminar del quale ci è piaciuto fornire un racconto... visivo del nostro reporter di fiducia Emanuele Di Felicianantonio. Rimaniamo sempre al PalaFIJLKAM, ma passiamo al panorama nazionale per raccontare del massimo campionato di Karate/kumite con la proclamazione dei nuovi campioni e campionesse Assoluti. Sul versante della Lotta, invece, si sono ingaggiati i più giovani grecoromanisti che hanno dato vita ad una gara affollata e interessante per pregiarsi del titolo di campione italiano esordiente. Ci giunge del territorio, ed in particolare del Friuli Venezia Giulia, la voce (e il racconto) di uno stage: l'International Skorpion Judo Camp che fra tanto volti noti ha annoverato anche la presenza di Francesco Bruyere nel suo nuovissimo ruolo tecnico. Ma lo sport, oltre che appassionare, è un vero e proprio "modello di vita" e proprio di questa importante iniziativa ci parla Vanni Loriga precedendo il consueto approfondimento medico firmato dal responsabile sanitario del Centro Olimpico. 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 FIJLKAM, 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.

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

Lo sport
non ti mette
al tappeto!



Ke aspetti...
muoviti!!!!



perfidamente buono

SPONSOR UFFICIALE



Europei seniores: partenza lenta



di Giovanna Grasso - foto di Emanuele Di Feliciantonio

Squadra giovane, gara di test. Questo in estrema sintesi è il pensiero del DT Nino Caudullo in merito agli Europei seniores dai quali sono reduci gli azzurri. Una trasferta, quella di Tbilisi, faticosa non solo per la situazione logistica: c'era una squadra per lo più nuova da mettere sui tappeti in un panorama, quello continentale, che non è molto diverso da quello mondiale. La strapotenza dei paesi dell'Est è inarrivabile per i nostri volenterosi azzurri. Almeno per ora, pensando positivo.

“La nostra nazionale è composta da molti ventenni e qualche elemento juniores commenta Nino Caudullo - non ci si poteva aspettare di certo un fuoco d'artificio, i nostri giovani maturano tardi rispetto agli atleti dell'Est. Ma hanno fatto una bella prova. Hanno contenuto l'emozione di trovarsi in una situazione di così alto livello, sono stati tutti all'altezza. In campo femminile abbiamo avuto una bella prova di Dalma Caneva che ha vinto in sicurezza sull'ungherese al primo incontro. Lei è una conferma e mi piace il suo impegno nel cercare di migliorare. Carola Rainero è stata una gran bella sorpresa: brava, sicura. Andrà avanti. Tra le seniores Silvia Felice sta risentendo ancora dei problemi al collo, è in ripresa, ma non al meglio.

“Avere una nazionale giovane è stimolante - sottolinea Caudullo - ma il lavoro da fare è tanto. Nella greco romana questa gara è stata anche il banco di prova per il nuovo regolamento, che prevede un cambio per quanto riguarda le passività e l'uso scorretto delle mani. Oggi viene penalizzato appoggiare la testa sul petto dell'avversario, se si fa due volte si perde un punto e per recuperare occorre sommare un punto più una passività dell'avversario o mettere a segno due punti. Difficilissimo, quindi recuperare. Questo significa cambiare il modo di allenarsi perché per non incorrere nella passività occorre attaccare di continuo, quindi cambia l'allenamento che deve essere incentrato molto più sulla resistenza organica. Inoltre va impostato tutto il lavoro sulla presa delle mani, sulla lotta a bordo tappeto. Il maggior peso che hanno le scorrettezze, per esempio spingere fuori l'avversario oppure intrecciare le mani in un certo modo. Questa novità mi fa tornare in mente quando lottavo io, ai tempi di Corneanu la nazionale romena aveva messo a punto una modalità di azione che l'ha portata a vincere tantissimo, quasi tutto in quel periodo. Però puntando molto più sulle astuzie



Buona prestazione per Daigoro Timoncini sottolinea il DT Caudullo



Carola Rainero

che sulla tecnica. Ora tutto questo non è più possibile. Quindi occorre prepararsi e questo nuovo tipo di lavoro lo stiamo già facendo in nazionale con lo staff tecnico. Ma non basta. Anche se le novità per ora valgono solo in campo internazionale è necessario che anche le Società che coltivano gli atleti più talentuosi inizino a prepararsi e potranno farlo grazie alla collaborazione proprio con lo staff tecnico nazionale.

“Timoncini ha dato una buona prova - prosegue Caudullo - la prima dopo l'inizio del suo allenamento a Faenza con Minguzzi. E' stata positiva: il primo incontro contro il bielorusso Aliaksandr Hrabovik l'ha vinto proprio bene. Poi ha incontrato l'armeno Shalva Gadabadze che è la sua bestia nera, però ha lottato bene, era alla pari. Poi ha provato a portare un attacco, ma non è andato a buon fine e ha preso un punto, perdendo l'incontro. Anche il

vincitore della categoria, sempre armeno, Artur Aleksanyan è stato un déjà-vu per Daigoro, perché è stato la sua brutta sorpresa ai Giochi di Londra.

"Nello stile libero c'è stata una competizione bella e dinamica. Molto pesante, molto impegnativa per i nostri. Anthony Fasugba, unico dei veterani, ha vinto una ripresa, ma non poteva certo bastare. Andrea Sorbello purtroppo risentiva di un problema alle costole e durante l'incontro il suo avversario l'ha bloccato in cintura. Gli altri si sono comportati bene, considerando la giovane età.

"Ora il nostro allenamento continua - conclude Caudullo - andremo in Bulgaria per un collegiale e per un torneo che chiuderà il collegiale. Poi ci sarà la preparazione per tutti per i Giochi del Mediterraneo. Le ragazze juniores andranno in Romania con il tecnico Liuzzi e lì faranno collegiale e Torneo, mentre greco romana e stile libero juniores si uniranno ai seniores per il collegiale internazionali di Sassari in preparazione del Milone/Città di Sassari. Sarà un'ottima esperienza per loro quella di allenarsi con i grandi. Sarà convocato in Sardegna anche chi non andrà ai Giochi del Mediterraneo. Il nostro obiettivo è quello di calibrare gli allenamenti alle nuove situazioni e quindi accrescere la competitività dei nostri azzurri."



Silvia Felice



Lorenzo Gentile



Dalma Caneva



Andrea Sorbello



Anthony Fasugba



www.fightingpromotion.com

**ighting
promotion.com**



info > info@fightingpromotion.com

TV

www.fightingpromotion.com web tv

La prima Web TV italiana
delle arti marziali

On Line gli archivi storici

Tutte le settimane
una trasmissione
dedicata alle
arti da combattimento



TIME OUT SPORT LIVE



IL CANALE DEGLI AMANTI DELLO SPORT
info@timeoutnetwork.com phone: +39.06.21703136 +39.3929772045

www.timeoutnetwork.com

FIGHTINGPROMOTION.COM TV & TIMEOUT SPORT LIVE
I CANALI DEI VERI SPORTIVI

La corsa degli azzurri è ripresa con il Grand Prix a Samsun



di Enzo de Denaro

«Le ragazze hanno dimostrato di essere già a buoni livelli e gli uomini sono in crescita». È positivo il commento di Raffaele Toniolo, il direttore tecnico azzurro, al termine della trasferta in Turchia, che ha impegnato undici atleti guidati da Pino Maddaloni e Dario Romano nel Grand Prix a Samsun. Undici atleti, sette maschi e quattro ragazze che nella Tekkekoy Yasar Dogu Sports Hall (impianto inaugurato proprio in occasione del 3° appuntamento 2013 con il Judo World Tour) hanno disputato complessivamente ventisette incontri vincendone dodici. «È la seconda gara che disputano con le nuove regole – ha aggiunto Toniolo – ed è abbastanza normale considerare una fase di adattamento che consenta di prendere le misure ed acquisire quei meccanismi che rinforzano le sicurezze. Tutto è utile comunque, ma in questo caso specifico lo è in prospettiva dei campionati europei a Budapest il 25-27 aprile, primo appuntamento obiettivo di questo primo periodo». Le ‘nuove regole’, che sono state applicate con serena disinvoltura in Turchia (anche dal nostro Guerrino De Patre, cui è stata affidata anche la direzione di alcune finali-medaglia) hanno già fatto registrare situazioni border-line come la finale dei 52 kg, quando la kossovara Majilinda Kelmendi ha proiettato la tedesca Mareen Kraeh sul bordo proseguendo poi l’azione con l’osae komi che si è concluso con l’ippon al limite estremo dei quattro metri di protezione. Oppure la finale per il terzo posto dei 73 kg dove il francese Ugo Legrand ha avuto la meglio sul beniamino di casa, il turco Vanlioglu, con uno shido assegnato dopo 4 minuti e 39 secondi di un interminabile golden score. Gli azzurri dal canto loro si sono battuti bene, certamente penalizzati dalla protratta astinenza di gare internazionali di questo livello, hanno espresso in tutti i casi condizione e adattamento. Due vittorie le hanno ottenute in quattro, Mimmo Di Guida nei 100 kg, su Feyyaz Yazici (Tur) e Ramziddin Sayidov (Uzb), Valentina Giorgis nei 63 kg, su Anastasia Beloivanova (Rus) e Marijana Miskovic (Cro), Valentina Moscatt nei 48 kg su Nazlican Kilic (Tur) e Kristina Rummyantseva (Rus), Edwige Gwend nei 63 kg su Ganna Solodskykh (Ukr) e Rizlen Zouak (Mar), che sono valse il settimo posto per Di Guida e Giorgis ed il quinto per Moscatt e Gwend. Una vittoria invece l’hanno ottenuta Fabio Andreoli (su Francisco Garrigos, Esp) nei 60 kg, Elio Verde (su Bence Zambori, Hun) nei 66 kg, Andrea Regis (su Hamza Barhoumi, Tun) nei 73 kg, Massimiliano Carollo (su Iason Chilindrivili, Geo) negli 81 kg. Da notare anche che la maggior parte delle sconfitte patite dagli azzurri sono state determinate da atleti poi saliti sul podio e, senza entrare nel merito dei singoli incontri, sono i



Guerrino De Patre osserva l’azione di Georgii Zantaraia

casi di Elio Verde (Kamal Khan-Magomedov, 3°), Andrea Regis (Ugo Legrand, 3°), Massimiliano Carollo (Vitalii Dudchuk, 2°), Luca Poeta (Jaromir Jezek, 3°), Domenico Di Guida (Adlan Bisultanov, 1° e Dmytro Luchyn, 3°), Valentina Moscatt (Kay Kraus, 2^a e Alesya Kuznetsova, 3^a), Valentina Giorgis (Alice Schlesinger, 3^a), Edwige Gwend (Gevrise Emane, 1^a e Alice Schlesinger, 3^a). Certamente degni di nota i successi di Georgii Zantaraia (Ukr) nei 66 kg, che ha demolito in finale Golan Pollock (Isr) e di Musa Mogushkov (Rus) che si è affacciato nei 73 kg vincendoli senza subire nemmeno un’azione tecnica valutata e superando in finale in 74” il mongolo Nyam-Ochir Sainjargal, bronzo olimpico a Londra. Non è passata inosservata nemmeno la vittoria nei 57 kg di Sabrina Filzmoser che a 32 anni sembra conservare intatte capacità e motivazioni, tanto da mettere a segno il waza ari decisivo nella finale con Johanna Mueller a 50” dal termine. Majilinda Kelmendi invece



Walter Facente alle prese con Magomedov



Mimmo Di Guida si appresta ad entrare sul tatami assistito da Pino Maddaloni

Mimmo Di Guida impegnato in uno dei quattro match disputati



compie 22 anni il 9 maggio e negli ultimi due mesi ha disputato tre finali per un argento a Parigi (Grand Slam) e due medaglie d'oro a Dusseldorf e Samsun (Grand Prix).

Classifiche donne

48 kg: 1) Charline Van Snick (Bel); 2) Kay Kraus (Ger); 3) Sumeyye Akkus (Tur) e Alesya Kuznetsova (Rus); 52 kg: 1) Maijilinda Kelmendi (Kos); 2) Mareen Kraeh (Ger); 3) Tsolmon Adiyasambuu (Mgl) e Natalia Kuziutina (Rus); 57 kg: 1) Sabrina Filzmoser (Aut); 2) Johanna Mueller (Ger); 3) Irina Zabrudina (Rus) e Tina Zeltner (Aut); 63 kg: 1) Gevrise Emene (Fra); 2) Yarden Gerbi (Isr); 3) Alice Schlesinger (Isr) e Kathrin Unterwurzacher (Aut); 70 kg: 1) Sally Conway (Gbr); 2) Assmaa Niang (Mar); 3) Bernadette Graf (Aut) e Fanny Estelle Posvite (Fra); 78 kg: 1) Luise Malzahn (Ger); 2) Anastasiya Dmitrieva (Rus); 3) Natalie Powell (Gbr) e Geraldine Mentouopou (Fra); +78 kg: 1) Belkis Zehra Kaya (Tur); 2) Carolin Weiss (Ger); 3) Gulsah Kocaturk (Tur) e Jasmin Kuelbs (Ger)

Classifiche uomini

60 kg: 1) Amartuvshin Dashdavaa (Mgl); 2) Yeldos Smetov (Kaz); 3) Robert Mshvidobadze (Rus) e Vugar Shirinli (Aze); 66 kg: 1) Georgii Zantaraia (Ukr); 2) Golan Pollack (Isr); 3) Dimitri Dragin (Fra) e Kamal Khan-Magomedov (Rus); 73 kg: 1) Musa Mogushkov (Rus); 2) Nyam-Ochir Sainjargal (Mgl); 3) Ugo Legrand (Fra) e Zebeda Rekhviashvili (Geo); 81 kg: 1) Loic Pietri (Fra); 2) Vitalii Dudchik (Ukr); 3) Jaromir Jezek (Cze) e Ivan Vorobev (Rus); 90 kg: 1) Kirill Denisov (Rus); 2) Guillaume Elmont (Ned); 3) Mohamed Darwish (Egy) e Alexandr Jurecka (Cze); 100 kg: 1) Adlan Bisultanov (Rus); 2) Elmar Gasimov (Aze); 3) Dmytro Luchyn (Ukr) e Lukas Krpalek (Cze); +100 kg: 1) Magomed Nazhmudinov (Rus); 2) Faicel Jaballah (Tun); 3) Christopher Sherrington (Gbr), Islam El Shehaby (Egy)



Mimmo Di Guida impegnato in uno dei quattro match disputati



Mimmo Di Guida impegnato in uno dei quattro match disputati



Valentina Giorgis affronta la croata Miskovic



Edwige Gwend nel match con l'israeliana Schlesinger

Osae komi vincente per Edwige Gwend





Elena Moretti non è riuscita a superare il primo turn

Valentina Moscatt controlla la situazione



Luca Poeta controlla la situazione in ne waza



Andrea Regis studia la situazione



Lo staff operativo IJF e, al centro, Elisabetta Fratini



Elio Verde inquadra l'ungherese Zambori, pronto a lanciarglielo



La splendida proiezione con la quale Verde ha sconfitto Zambori

★★★★★
ANTICHE FONTI DI
COTTORELLA
acqua minerale naturale oligominerale
TERME

*pura
alla fonte*



*meno nitrati
0,72 mg/l*

FORNITORE UFFICIALE
FILKAM
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

Antiche Fonti di Cottorella spa, via di Fonte Cottorella 02100 - Rieti
TEL. 0746 27.16.40 FAX 0746 20.36.93 NUMERO RIPARTITO 848.840300
EMAIL info@cottorella.com WEB www.cottorella.com

EJU Kodokan Seminar 2013: il fotoracconto



foto di Emanuele Di Feliciantonio

Athlone.net presenta il racconto fotografico del EJU Kodokan Seminar 2013 tenutosi al PalaFIJLKAM di Ostia dal 5 al 10 marzo scorsi. Questo resoconto visivo vuole essere un'anticipazione della trattazione completa dell'importante appuntamento voluto dall'Unione Europea di Judo, che sarà pubblicata nel primo numero dell'anno dell'edizione cartacea.

Panoramica sul PalaFijlkam nel mezzo del Kodokan Seminar



Il saluto al Professore





Il saluto del Presidente Matteo Pellicone



Un saluto visto dal basso

Primo piano per il maestro Shoji Sugiyama



Franco Capelletti è soddisfatto dell'EJU Kodokan Seminar



L'attenzione nello sguardo di tutti



L'efficacia espressiva del maestro Naoki Murata



Stretta di mano fra il presidente Matteo Pellicone e Sergey Soloveichyck, presidente EJU



Il Presidente Matteo Pellicone scherza con Ezio Gamba



Una delle due commissioni del Kodokan mentre osserva e valuta le esibizioni



C'era una volta il veto a filmare...



Cogli l'attimo. Chi meglio di lui



Il seminario me lo guardo sull'I-Pad



...ed ora statemi bene a sentire...



L'efficacia



Quando uke è l'ombra di tori



L'eleganza





Si piega soltanto o si spezza?



Un'aggiustatina qui, un'altra là...



Prima di dimostrare è meglio provare



Il presidente posa assieme al Kodokan ed all'EJU



Lo scatto-simbolo dell'EJU Kodokan Seminar 2013



Il gruppo dei partecipanti all'EJU Kodokan Seminar 2013

SHOP IT ON-LINE: KAPPA.COM/300H4G0

© Copyright BasicNet SpA



TECHNICAL SPONSOR



Ciak: vanno in onda gli Assoluti

Successo di contatti per la prima diretta streaming made in FIJLKAM



di Daniele Poto - foto di Emanuele Di Felicianonio

Il Palafijklam nella prima domenica di primavera ha ospitato per la solita puntuale organizzazione del Comitato Regionale Laziale (ne ha 32 all'attivo nel quadriennio olimpico ormai concluso) i campionati italiani di kumite maschile e femminile. Doppia tornata senza concomitanze ingombranti sul litorale (maratonina Roma-Ostia, maratona di Roma, bicicletta strapaesana) ma con la sola intitolazione alle giornate Fai, epicentro però la capitale. Pubblico degli addetti ai lavori allargato per le gare al maschile di sabato e quelle al femminile di domenica con conclusione all'ora di pranzo. E la novità della diretta streaming con le piacevoli introduzioni divulgative dello speaker Marchetti. L'indicatore dei collegati (una sorta di Auditel Fijlkam) ha certificato per la giornata di sabato 1.800 contatti, una sorta di pubblico supplementare rispetto a quello realmente assiso sulle tribune del palazzetto federale. Un esperimento



Kg+68 Vitelli-DiBello



Greta Vitelli

riuscito e anche un incentivo per gli atleti al pari del collegamento con Rai Sport. Il karate in dimensione di proiezione olimpica, anche in Italia, dunque amplia il proprio raggio di azione e tessi interconnessioni con gli altri sport. Anche nel segno della solidarietà luttuosa visto il minuto di silenzio tributato a Pietro Mennea, freccia del sud, molto caro a Vito Simmi (barese, il velocista era barlettano). Un lungo commosso applauso all'ex primatista del mondo dei 200 piani anche dal mondo del karate, nell'occasione presente al completo di ex per la consegna dei tricolori. Era il campionato n. 31 nella storia della manifestazione e solo per un'incomprensione regolamentare non si sono iscritti alcuni protagonisti che avrebbe potuto arrivare in

fondo al tabellone e giocarsi medaglie di buon conio. Finali sul tatami centrali ed esclusività per le cinture nere. Piccola pecca per una tribuna il mancato controllo di tempo e punteggio: particolari da limare. Ottimale però l'organizzazione con la supervisione del Maestro Giuseppe Zaccaro, osservatore federale ma anche componente della commissione arbitrale mondiale ed europea, e del prof. Giuseppe Pellicone, presidente onorario della Fijlkam. In particolare a quest'ultimo è stato consegnato uno speciale riconoscimento per aver favorito lo sviluppo del karate italiano nel mondo. Erano 75 i club provenienti da tutta Italia con la regione Campania in particola-

re evidenza, oltre, ovviamente, ai club di origine militare nella classifica finale per società riportata alla fine dalla Forestale (donne) e dallo Shirai Club S. Valentino (uomini). Il giudizio generale depone per un buon livello tecnico con la conferma al titolo dei migliori e qualche graduale avvicinamento dei numeri due. A differenza del kata qui il ricambio avviene nel segno del gradualismo. Non ci sono new entry prepotenti. Sul taccuino del direttore tecnico Aschieri poche le novità degne di nota rispetto alle previsioni. I fratelli Busà hanno dominato nelle rispettive categorie allungando la lunga striscia di trofei riportati a casa. Conservatorismo assoluto nelle categorie pesanti femminili. Greta Vitelli è la record woman di record conseguiti

e il suo cammino è stato praticamente immacolato. Difficile, quasi impossibile, in campo italiano marcarle punti al passivo. Tra l'altro la 29enne pluridecorata ha mostrato una sublime concentrazione anche negli incontri più facili, buon segno. In finale ha regolato la foggiana Viviana Di Bello, fisicamente ben strutturata. "Con quello di Ostia ho conquistato in totale 21 titoli italiani, di cui 10 assoluti - ha dichiarato - Ma guardo ancora lontano nella prospettiva di potermi aggiudicare il titolo europeo". Solo meno ricco il carnet di Lorena Busà che nella finale dei 68 ha disposto come ha voluto di una piuttosto appagata e soddisfatta Emanuela D'Alò nel virtuale derby tra Forestale e Fiamme Oro. Ricordava gratificato il genitore: "Mia figlia è invariabilmente a medaglia dal 2004, da dieci anni dunque. E da quando non c'è più la Minet ha vinto quattro titoli assolu-

ti consecutivi". Maggiore incertezza, più strategia e minore spettacolo nelle categorie più leggere dove, nei 55 kg, si perdeva l'attesa Selene Guglielmi (competitiva ma anche mamma), valida per una finale ma sfortunatamente incappata nel turno decisivo preliminare nella campionessa



Stefano Maniscalco

italiana Sara Cardin, rimanendo confinata al terzo posto. E onore al merito per la carriera conclusa di Raffaella Carlini, terza nei 50 kg dove Giada Menichetti metteva in riga tutte le rivali. Citazione al merito per Alessandra Benedetto, un grande capitale di grinta, incontri temporalmente ravvicinati, ottima terza nei 68 kg. Altrettanto atteso era il successo di Laura Pasqua nei 61 kg al termine di un torneo senza errori. Tra gli uomini il trend non cambia perché non ci si poteva attendere il disarcionamento di elementi come Luigi Busà (76 kg) e di Stefano Maniscalco (+90) facendo la tara all'assenza ormai irreversibile di Loria tra i grandi della specialità e per assodati raggiunti limiti di età. Ha riservato scarse emozioni la finale dei 70 per la squalifica di Jendoubi nella categoria vinta da Iovine. Si è confermato tra i 60 kg Antonio Vastola, con una prestazione di sicuro profilo internazionale e nel segno della gioventù, come Luca Maresca, il battuto, del resto. In campo maschile l'attendismo negli incontri più equilibrati è stato la regola, come il largo uso di richiami per passività. In compenso, all'attivo, grande fair play e, fortunatamente poco sangue in circolo con



Kg+90 Maniscalco-Toni



scarsi interventi da parte dell'equipe sanitaria.

Il commento di Giuseppe Pellicone: "Peccato per l'assenza di atleti come Chiara Zuanon e Pasquale Longobardi di chiaro valore europeo che avrebbero aumentato il tasso tecnico della manifestazione. La rassegna ha confermato che abbiamo validi rincalzi. Guardiamo con particolare interesse la fascia di età sui venti anni perché

sono proprio quelli gli atleti che potrebbero coronare al top il proprio sogno olimpico nel 2020. Sono ragazzi pieni di energie e di entusiasmo". Aggiungeva Aschieri: "Il mio desiderio sarebbe poter contare su quattro atleti di livello per categoria e ancora non ci siamo. Questo equilibrio in alto sarebbe trainante per tutto il movimento. Ho constatato che c'è ancora un non metabolizzato adeguamento alle nuove regole internazionali. Va valorizzata la tecnica che non è sempre congruente alle caratteristiche richieste dai nuovi regolamenti con conseguente grande spreco di energie. Ora non vince più l'atleta che è più abile nel far prendere sanzioni all'avversario. Questo è un limite che i tecnici devono superare e trasmettere ai propri allievi. Non siamo ancora a regime ma bisogna agire velocemente perché ci sono paesi emergenti con grandi potenzialità economiche e bacini di utenza formidabile come l'Iran che ha un milione e mezzo di praticanti. E così Algeria e Egitto. Si comincia a vedere qualcosa che cambia ma trent'anni sono duri da smaltire in quanto ad abitudini. Dobbiamo lavorare sulla qualità perché i nostri agonisti

ATTIVITÀ NAZIONALE

sono intelligenti e creativi. Tra gli uomini i valori sono stati confermati. Il vissuto degli atleti di livello internazionale si è imposto. Mi aspettavo qualcosa in più dagli outsider. Ma ci sono giovanissimi interessanti che in gran parte vengono dalla Campania, però vanno ottimizzati perché spesso si perdono in condizioni di eccessivo dispendio di energie. Chiediamo alla base, cioè ai club, di funzionare ancora meglio. Dovremo ragionare in termini di società più che di singoli per elevare tutti i valori medio-alti. Tra le donne affermazione delle atlete più esperte, il valore aggiunto dell'esperienza ha pagato. Qui problemi familiari o materni complicano il percorso, vedi la Guglielmi che vorrebbe fare un ultimo anno ambizioso". Il giudizio di Vito Simmi: "Abbiamo visto la consacrazione di valori conosciuti più che l'emersione di nuovi talenti. Ma a questo livello è estremamente difficile incontrare delle sorprese e non potevamo aspettarcele. Se dovessi fare il nome di un ragazzo promettente spenderei quello di Sarnataro, un under 21 particolarmente interessante".



Luigi Busà



Kg76 Busà-Sarnataro





Kg50 Patanè-Menichetti



Kg55 Cardin-Hasani



Kg60 Vastola-Maresca

Kg61 Pasqua-Forcella



Kg65 Serino-DeVivo

Kg68 Busà-D'alò





Kg83 Fioravante-Maestri

*Il podio delle Società
nella gara femminile*



*Il podio delle Società
nella gara maschile*





RGMD **SPONSOR VINCENTE** PER I CAMPIONI DI OGGI E DI DOMANI



sponsor tecnico-scientifico

Una gamma vincente di dispositivi per seguire gli atleti dalla prima fase di valutazione di idoneità sportiva all'allenamento e al mantenimento, dal recupero post traumatico alla completa riabilitazione.



RGMD SPA,
Via Rolla 13/13 - 16162
Genova - Italia
Tel. 010 8594420
Fax. 010 8601304
info@rgmd.it
www.rgmd.it



Grandi numeri, bel Campionato per i Tricolori Esordienti greco romana



di Giovanna Grasso - foto di Emanuele Di Feliciano

Continuano ad essere in crescita i numeri dei giovanissimi che popolano le palestre dove si pratica lotta greco romana, come ha testimoniato l'odierno campionato esordienti in cui si sono cimentati ben 172 giovani lottatori. Serio è il lavoro che si svolge nelle 42 Società che si sono date battaglia per il podio, e la rappresentazione di questa serietà e competenza si è mostrata sul campo di gara con un comportamento generale corretto e rispettoso. Impeccabile il lavoro degli organizzatori e di quanti hanno reso materialmente possibile la gara. Seriatamente impegnati gli ufficiali di gara che in qualche caso hanno dovuto fronteggiare, come spesso purtroppo accade nel mondo dello sport, contestazioni. Inizia a sentirsi forte l'esigenza di una maggiore attenzione alla formazione che,

oltre a rendere continuo l'accrescimento delle competenze, costituisca anche un momento di maggior raccordo e scambio tra allenatori ed arbitri. Questa potrebbe essere la via al superamento di quella contrapposizione tra i due ruoli, verso un lavoro congiunto che funga da volano per una maggior diffusione alla disciplina. Ed è proprio di crescita, anche culturale oltre che nei numeri, di cui la lotta ha bisogno. Per la seconda volta in cima al podio delle Società si è piazzato il Club Atletico Faenza, forte sia dei tre titoli conquistati dai suoi atleti che del numero complessivo di forze messe in campo; Daniel Subashi, Samuel Maretti e Stefan Celmare i ragazzi che hanno conquistato l'oro nelle categorie 35, 59 e 85 chilogrammi.

Per la cronaca il giovane Celmare ha replicato il titolo ottenuto il mese prima nello stile libero. Con la metà del punteggio totale e la metà degli atleti sul campo (coincidenze della cabala!), si è saldamente piazzato al secondo posto il CUS Torino. Sodalizio giovane quanto a staff tecnico e dirigenziale, che piazza all'angolo un quanto mai energico Pietro Piscitelli in passaggio dal ruolo di atleta della nazionale a quello di tecnico. Due i titoli conquistati: 47 e 53 chilogrammi con Alessandro Aramu e Jacopo Sandron a sottolineare il buon lavoro svolto. Segue dagli spalti con grande e affettuosa attenzione la signora Carla che, essendo oramai l'anima organizzatrice della società,



Kg35 Subashi-Samarelli

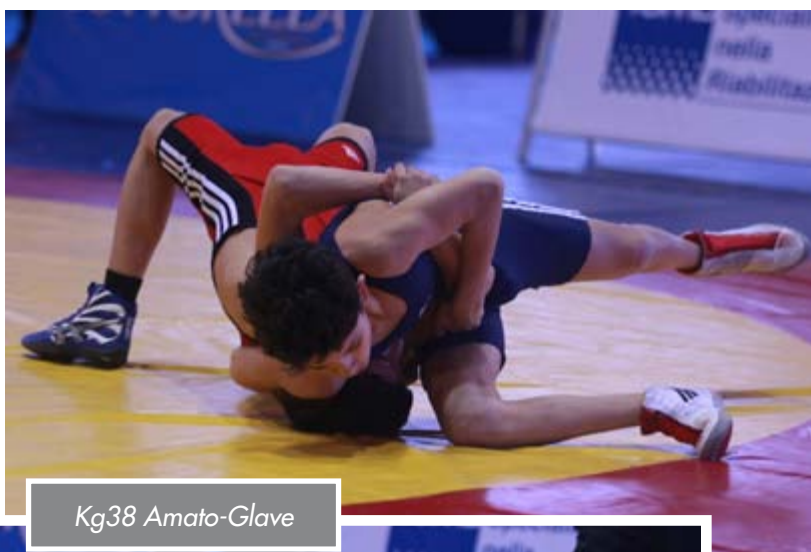


sembra aver allargato la sua maternità dai figli Alessandro e Massimiliano Saglietti a tutti i ragazzi che lottano sotto la bandiera CUS. Il Judo Club Franco Quarto può ben essere fiero, oltre che del terzo posto in classifica, anche delle capacità espresse dal giovane Giuseppe Quarto che bissando il titolo nei 42 chilogrammi, tiene alto il nome della famiglia. Gara solitaria per il più leggero, il giovane anconetano Enrico Grandi che forse si è divertito poco perché non ha lottato, pur portando a casa una medaglia importante. Con orgoglio si è visto l'abbraccio di Roberto Stopponi al giovane Riccardo Glave che porta in terra aretina il titolo dei 38 chilogrammi. "La nostra è

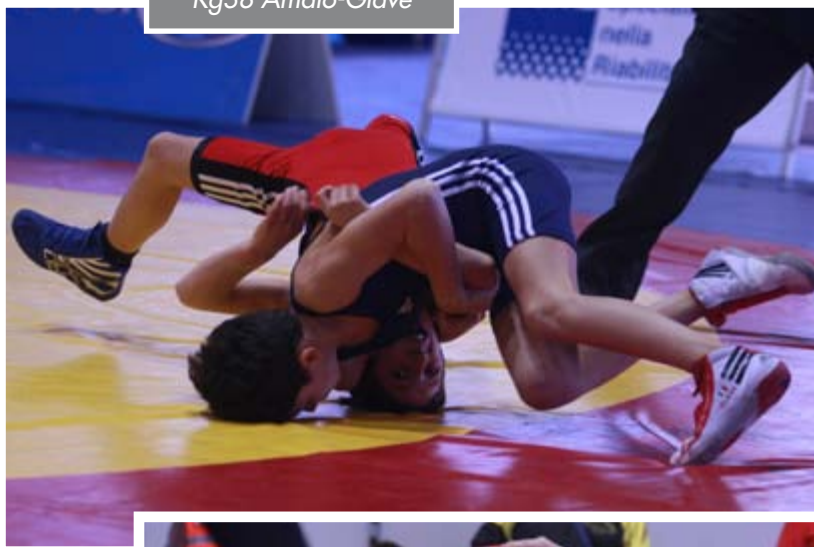
ATTIVITÀ NAZIONALE

una piccola realtà, ma molto tenace - dice Massimo Stopponi, smessi a fine gara i panni dell'arbitro - stiamo lavorando anche con il Progetto Sport a Scuola, ci stiamo confrontando con diverse scuole sul territorio e dovrebbero partire altri progetti oltre quelli che già portiamo avanti. Non è facilissimo trovare i canali con le organizzazioni scolastiche, ma noi continuiamo a proporre la lotta e pian piano stiamo allargando la nostra presenza e i nostri numeri." Anche la Società dei Portuali Savona può vantare un bel risultato con il titolo incassato da Matteo Giordanella nei 66 chilogrammi, così come la storica Società Ginnastica Angiulli Bari che non cessa di portare al panorama nazionale giovani talenti.

La polisportiva trevigiana Santa Bona non ha portato a casa titoli, ma ha partecipato con un gran numero di ragazzini volenterosi di mettersi in gioco. Del resto a questa età non sarebbe corretto puntare tutta l'attenzione sulla vittoria, vale ancor di più il motto che recita "l'importante è partecipare". E divertirsi.



Kg38 Amato-Glave

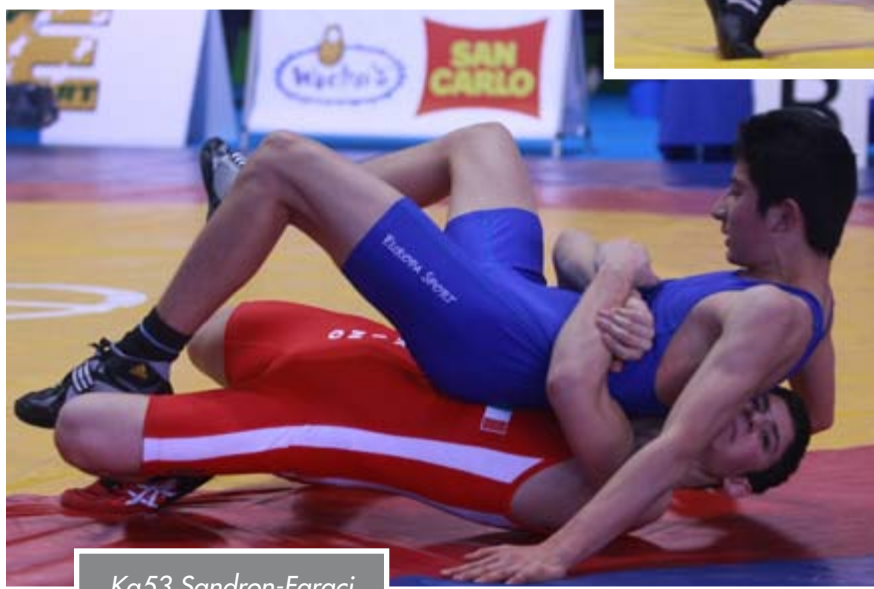


Kg42 Quarto-Biondi



Kg47 Aramu-Dariozzi

Kg47 Aramu-Dariozzi



Kg53 Sandron-Faraci

Kg59 Sanfilippo-Maretti





Kg59 Sanfilippo-Maretti



Kg66 Calabro-Giordanella



Kg73 Colellabella-DeSantis



Kg73 Colellabella-DeSantis



Kg85 Seri-Celmare



Campioni Esordienti greco romana 2013

- kg. 32 Enrico GRANDI - Pro Patria Ancona
- kg. 35 Daniel Subashi - Club Atletico Faenza
- kg. 38 Riccardo GLAVE - Chimera Arezzo
- kg. 42 Giuseppe QUARTO - Judo Club Franco Quarto
- kg. 47 Alessandro ARAMU - CUS Torino
- kg. 53 Jacopo SANDRON - CUS Torino
- kg. 59 Samuel MARETTI - Club Atletico Faenza
- kg. 66 Matteo GIORDANELLA - Portuali Savona
- kg. 73 Danilo DE SANTIS - Angiulli Bari
- kg. 85 Stefan Liviu CELMARE - Club Atletico Faenza

Classifica per Società

- 1. Club Atletico Faenza p. 76
- 2. CUS Torino p. 38
- 3. Judo Club Franco Quarto p. 26
- 4. Lotta Club Modigliana p. 23
- 5. Pol. Santa Bona Treviso p. 22
- 6. Meeting Sport Bari p. 19



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)



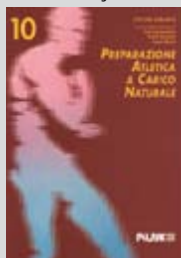
7. BIOMECCANICA DELLA PESISTICA MODERNA di Renzo Pozzo, Attilio Sacripanti ed Ernesto Zanetti Pag. 112



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



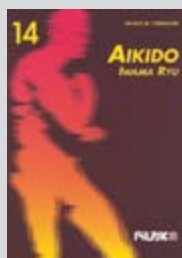
11. ALIMENTAZIONE E SPORT di Michelangelo Giampietro, Giuseppina Gagliardi e Stelvio Berardo - Pag. 127



12. LE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE (esaurito)



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



14. AIKIDO IWAMA RYU di Paolo Corallini - Pag. 64



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



17. FIJLKAM 1953-1980 di Livio Toschi



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



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



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



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



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. FIJLKAM 1981 - 1994 di Livio Toschi Pag. 271



1902-2002: 100 ANNI DI STORIA - Durata 60'. La storia della FIJLKAM (le olimpiadi, i mondiali, i pionieri) raccontata attraverso fotografie e filmati 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 FIJLKAM: 1902-2002 - Durata 44' - La grande festa del centenario FIJLKAM del 7 dicembre 2002, più la importante e completa manifestazione di arti marziali della storia (videocassetta)

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.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:

FIJLKAM - Ufficio Stampa

e-mail: stampa@fijlkam.it - fax 06 56434801

Via dei Sandolini, 79 - 00122 Ostia Lido RM

International Skorpion Camp, in 650 sul tatami a Lignano

Friuli-Venezia
Giulia



di Enzo de Denaro

Con seicentocinquanta atleti sul tatami del PalaGetur a Lignano Sabbiadoro la ventinovesima edizione dell'International Skorpion Judo Camp ha fatto centro ancora una volta. È stato questo, infatti l'apice di presenze sul tatami maturato nelle giornate dello stage cui hanno preso parte agonisti e giovanissimi, appassionati e specialisti di kata. Tutti hanno incontrato tecnici e campioni, docenti ed esperti, ma anche numerosi partner per allenarsi e provare nuove tecniche e soluzioni. Un altro successo dunque, che per Giancarlo Pizzinato, past-president del club pordenonese (pochi giorni fa ha passato la mano al 49enne Massimo Cester) «è molto importante, in quanto

in un momento come questo, con la crisi che aggredisce tutti i settori, siamo riusciti ad organizzare ugualmente lo stage proponendo gli standard di sempre. Per noi è stato un grosso sforzo, ma pensiamo che lo sforzo più grande è quello sostenuto dai partecipanti, che nonostante tutto hanno voluto essere presenti. Ne siamo doppiamente felici, sia perché temevamo la crisi ci penalizzasse molto, ma anche perché la fiducia che ci è stata accordata in un contesto come questo ha lasciato tutti soddisfatti». Sette i tecnici sul tatami, Francesco Bruyere e Lorenzo Bagnoli, brillanti, attenti e disponibili, Go Tsunoda, che ha letteralmente incantato, Pierluigi Comino e la coppia romana Alina Zaharia-Alina Cheru semplicemente sublimi sui kata, Riccardo Caldarelli, didatta preciso e cristallino, ma anche Masami Matsushita (costretto ad una partenza d'urgenza per il Giappone per gravi motivi familiari) e la 37enne spagnola Sara Alvarez (in carriera un argento e due bronzi mondiali, due ori, un argento, due bronzi agli europei) sono da inquadrare fra gli standard "straordinari" proposti dallo stage dello Skorpion. Le squadre giovanili della Spagna e dei russi di Kemerovo poi, hanno regalato quel tocco esotico in più ad un clima di lavoro targato "insieme per progredire" che è stato interpretato al meglio.



Foto di gruppo dello Stage Internazionale 2013



Il maestro Pierluigi Comino, Giancarlo Pizzinato, Alina Zaharia, Alina Cheru, Massimo Cester



Il maestro Go Tsunoda durante una lezione ai giovanissimi

Tecnici allo stage, Lorenzo Bagnoli, Francesco Bruyere, Sara Alvarez, Raffaele Toniolo, Giancarlo Pizzinato, Riccardo Caldarelli



Il maestro Riccardo Caldarelli mentre dirige un corso di bimbi



Lorenzo Bagnoli sempre al top



Alina Zaharia ed Alina Cheru (Romania), esperte di kata a livello mondiale si sono esibite a Lignano



Amo la vita, la gente, la lealtà,
la competizione, lo sport.

Andrea Minguzzi
Medaglia d'Oro Olimpica

 **Kappa** GENTE IN MOVIMENTO

Lo Sport è modello di Vita

di Vanni Loriga

Partendo dal presupposto che lo sport sia attività prevalentemente educativa la FIJLKAM, insieme ad altre cinque Federazioni Sportive Nazionali, ha aderito al Progetto "Sport - Modello di Vita", sostenuto dall'Agenzia Nazionale per i Giovani ed ideato per l'attuazione pratica dei contenuti del "Libro bianco sullo sport", redatto nel 2007 dalla Commissione Europea.

La finalità dell'iniziativa è la promozione fra i giovani, attraverso la pratica sportiva, del rispetto dell'avversario, del rifiuto delle diversità e della socializzazione per il raggiungimento di un maggiore e condiviso benessere.

Il progetto è rivolto ai ragazzi in età scolare dai 10 ai 18 anni che ogni Federazione avvierà alla pratica sportiva di competenza tramite le proprie società e coinvolgendo la scuole del territorio, rafforzando ed incrementando quindi quanto già realizzato con il Progetto Sport e Scuola Fijlkam.

Questo processo educativo prenderà le mosse da un momento di presentazione del progetto con approfondimento sui temi guida del progetto e con la distribuzione di materiale divulgativo contenente informazioni sui corretti stili di vita, sulle pratiche da evitare e su una adeguata alimentazione. Ogni Federazione svilupperà ogni anno ed in città diverse da 3 a 5 incontri, mobilitando circa 500 ragazzi per tappa. Durante lo svolgimento di questi incontri potranno diventare protagonisti importanti atleti delle varie discipline. I campioni porteranno il contributo delle loro esperienze e stabiliranno un dialogo produttivo con i giovani.

E' anche prevista la realizzazione di "Villaggi SportModelloDiVita", allestiti con aree gioco, stand, spazi espositivi che ospiteranno incontri, dibattiti, attività polisportive, allenamenti insieme ai campioni e distribuzione di materiali divulgativi.

La partecipazione agli SPORTSDAYS, organizzata da ConiServizi presso la Fiera di Rimini, sarà la migliore vetrina per ospitare una delle tappe del Villaggio ANG.

Per maggiormente coinvolgere i ragazzi sarà loro distribuito materiale di comunicazione, verrà chiesto di esprimere in modo sintetico la propria idea di "Sport come modello di vita", esprimibile con testi brevissimi, al massimo di 145 caratteri, sull'esempio di Twitter. Le frasi più originali o importanti per contenuti saranno pubblicizzate su vari mezzi di comunicazione.

Particolare attenzione sarà rivolta ai ragazzi con diversa realtà di provenienza ed a quelli con minore abilità fisica. Fra le iniziative già incluse dalla FIJLKAM nell'ambito del Programma vanno segnalate quelle di Giovanni Maddaloni a Scampia (lotta al disagio giovanile) e di Andrea Soz-



La conferenza stampa con il Presidente del CONI Giovanni Malago

zi a Cremona (attività dei diversamente abili).

E' prevista anche un'attività di respiro internazionale che si articola in convegni informativi ed in scambi e reciproche visite all'estero.

La Coni Servizi predisporrà un protocollo d'intesa per sostenere alcune situazioni di difficoltà mentre il Museo della Scienza e della Tecnologia Leonardo da Vinci di Milano potrà contribuire all'elaborazione di documenti utili per la migliore realizzazione del progetto.

Le Federazioni impegnate nella realizzazione del progetto sono tutte incluse nel programma dei Giochi Olimpici e riguardano sport di squadra (hockey, capofila del raggruppamento e pallavolo) od individuali (badminton, canoa, ginnastica oltre alla FIJLKAM). Erano rappresentate dai massimi dirigenti (Presidenti federali o Segretari Generali) e da campioni di alta caratura alla conferenza di presentazione tenuta il 22 marzo presso l'Auditorium del Palazzo delle Federazioni a viale Tiziano. Per la nostra Federazione hanno partecipato il Campione olimpico

Andrea Minguzzi ed il Segretario Generale Domenico Falcone. Molto apprezzato il suo intervento con cui ha ribadito come " *lo sport sia lo strumento privilegiato per la formazione della personalità*".

La presentazione del Progetto, dedicata dal Presidente del Coni Giovanni Malagò all'indimenticabile campione Pietro Mennea che ha rappresentato i più nobili valori dello sport, ha registrato importanti contributi di Franco Chimenti, Vice Presidente Vicario del Coni (" *i giovani sono il nostro futuro*"); di Paolo Di Caro, Direttore Generale dell'Agenzia Nazionale per i Giovani e di Fabio Pagliara (S.G. della FIH, Federazione capofila), che ben ha illustrato scopi e obiettivi dello *Sport come modello educativo di vita*.

Il Presidente Malagò ha concluso i lavori rivolgendo il suo plauso, e quello del Coni, all'iniziativa.



I giovani atleti presenti alla conferenza di presentazione del Progetto



I testimonial della campagna di comunicazione tra essi Andrea Minguzzi



Concentrati sulla sfida.

...al resto ci pensiamo noi.

TROCELLEN ITALIA



EUROPA SPORT



EUROPA SPORT srl

Import Export

Articoli Sportivi

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!

Le categorie di peso: il nostro grande problema

di Marco Petrucci - Responsabile Sanitario Centro Olimpico FIJLKAM

Gli sport che afferiscono alla nostra federazione hanno la caratteristica di avere le categorie di peso e quindi gli atleti che gareggiano devono avere un peso massimo da non superare. Questo rappresenta un grande problema da affrontare in vista delle gare. Come far raggiungere all'atleta il peso minimo per la gara? La dieta. Purtroppo i sistemi di dieta sono molto empirici dettati piu' dall'esperienza degli allenatori, magari espertissimi dello sport ma certo non nutrizionisti qualificati. Infatti la mia esperienza di medico del centro olimpico, mi ha messo di fronte a situazioni molto difficili. La strategia migliore sarebbe quella di avere una consulenza nutrizionista dello atleta con tutti i vari parametri da valutare (massa magra e grassa ecc) in modo da programmare una dieta che accompagni l'atleta fino alla gara. Purtroppo questo non avviene mai!! Atleti che cominciano la dieta due mesi prima della gara con stress alimentari notevoli accompagnati da allenamenti estenuanti coperti con materiale non traspirante saune tutti i giorni, fino ad arrivare alla pratica piu' sconvolgente, la riduzione fino quasi alla sospensione dell'acqua nei giorni che precedono la gara. Queste pratiche primordiali oltre ad essere estremamente pericolose per la salute spesso non portano a risultati sportivi, un atleta sottoposto a tali stress certo non arriva alla gara lucido e consapevole della situazione. Spesso il raggiungimento del peso giusto rappresenta lo scopo e quindi alla gara ci si arriva gia' paghi di un risultato. La disidratazione, i colpi di calore, che non si hanno solo quando c'e' caldo o si vive il clima tropicali, sono pericoli sempre in agguato che vanno combattuti con la prevenzione.

Ma non esistono solo problemi immediati ma anche quelli che si presenteranno nel tempo. La calcolosi renale aumento della uricemia, alterazioni metaboliche possono presentarsi in futuro e determinare patologie nel tempo.

Quindi il consiglio e' quello di affidare i giovani atleti fin da subito a consulenze nutrizionistiche che possono individuare insieme agli allenatori la categoria piu' idonea dell'atleta. In nazionale la Federazione sottopone gli atleti convoca-

ti a consulenza nutrizionistica che individua i bisogni degli atleti in relazione alla gara ed al soggiorno in nazionale, ma la prevenzione deve essere fatta dalle societa' che seguono gli atleti piu' da vicino ed hanno la responsabilita' della loro salute.

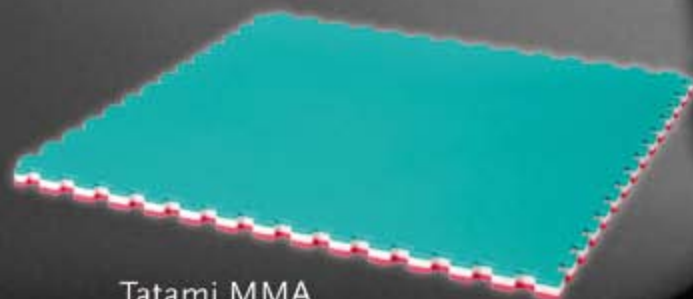


TROCELLEN

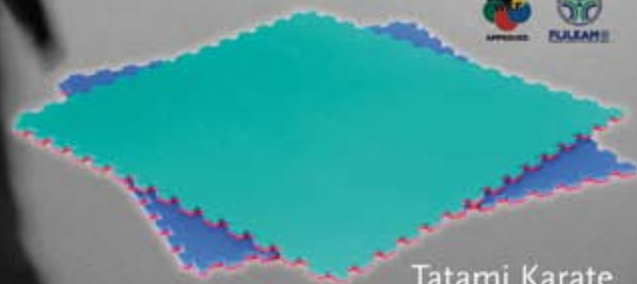
FURUKAWA Otsuka

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



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

FIJLKAM
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

Italia
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