

ATLONET



Siglata l'intesa tra FIJKAM e ANCI



Lotta - Austrian Ladies Open



Judo - Campionato Italiano Juniores

È arrivata l'estate e con essa le fedeli cronache delle gare che, ad inizio stagione, hanno appassionato gli estimatori della Lotta: tre reportages ci raccontano le gesta degli azzurrini in Austria e in Svizzera nelle due ricche (per risultati!) trasferte dedicate ai cadetti, nonché i passi che stanno portando la nazionale maggiore greco romana ai Mondiali di settembre. Scorcio sui Campionati tricolori juniores di Judo con la conferma al vertice dell'Akiyama Settimo e del Banzai Cortina.

Tanta, tanta attività regionale con varie iniziative nel Judo, Karate e MGA. L'occhio sempre attento del lettore potrà valutare anche le attività di aggiornamento tecnico che si sono svolte nel Lazio e per finire proponiamo un'interessante intervista al Maestro del Kodokan Haruki Uemura e una nuova scheda tecnica curata da Pio Gaddi.

Buona lettura e buone vacanze con *Athlon.net*!

Per la pubblicazione degli articoli su Athlon.net si raccomanda di inviare gli scritti al seguente indirizzo: stampa@fjlkam.it

**Gli scritti dovranno avere le seguenti caratteristiche:
lunghezza max 1 pagina (specifica: 70 battute per riga, 50 righe per pagina - totale: 3500 battute per pagina);
almeno 2 foto (aumentabili a seconda della disponibilità e della qualità del materiale). Verrà data preferenza al materiale fotografico che raffiguri gli atleti e il gesto atletico;
indispensabile indicare il nome dell'autore e del fotografo.**

Non potranno essere pubblicati scritti privi di materiale fotografico.

Il materiale redazionale viene inoltrato all'Ufficio Stampa in modo completamente volontaristico e gratuito. La redazione di Athlon.net, a suo insindacabile giudizio, si riserva di valutare la pubblicabilità del materiale pervenuto.

in questo numero

OBIETTIVO SU

I Comuni d'Italia e la FIJLKAM di Vanni Loriga 2

ATTIVITÀ INTERNAZIONALE

Lotta - Austrian Ladies Open di Giovanna Grasso 5

Lotta - Coupe Raphael Martinetti di Giovanna Grasso 7

Lotta - Azovmash Cup di Giovanna Grasso 12

ATTIVITÀ NAZIONALE

Judo - Lignano premia Akiyama e Banzai di Enzo de Denaro 15

ATTIVITÀ REGIONALE

Judo - Karate - Novità dall'Abruzzo di Emilio Ermano 26

Karate - Budo Day a Napoli di Giuseppe Gendolavigna 30

Judo - Weekend di judo "Carpe diem" di Andrea Sozzi 32

MGA - Formazione professionale della Guardia Costiera di Massimo Ridolfo 34

Judo - I primi 40 anni dell'ASV St. Lorenzen di Alessandro Visintini 37

AGGIORNAMENTO E FORMAZIONE

Karate - Gli Insegnanti Tecnici si aggiornano nel Lazio di Giuseppe Della Lama 40

Judo - 11° Corso Aspirante Allenatore di Judo di Nicola Signorile 42

PERSONAGGI

Intervista ad Haruki Uemura di Gianfranco Borghesu 44

LE SCHEDE TECNICHE

O Uchi Gari di Pio Gaddi 48



I Comuni d'Italia e la FIJLKAM uniti per promuovere lo Sport

di Vanni Loriga

Fra l'Associazione Nazionale Comuni Italiani, nota come ANCI, e la Federazione Italiana Judo, Lotta, Karate, Arti Marziali (FIJLKAM) è stato recentemente stipulato un Protocollo d'Intesa al fine di attuare una collaborazione fra i Comuni Italiani e la Federazione, per avvicinare il maggior numero di giovani alla pratica di sport che costituiscono esemplare modello educativo.

L'accordo è stato siglato, presso la Sede dell'ANCI in via dei Prefetti in Roma, dal Segretario Generale dell'Associazione Angelo Rughetti e dal Presidente della FIJLKAM Matteo Pellicone. Alla stesura del testo hanno collaborato il Sindaco di Biella Donato Gentile; Roberto Pella, Assessore alle politiche giovanili ed allo sport del Comune di Biella e Franco Penna, Vice Presidente del Comitato Piemontese della Fijlkam e Presidente del benemerito Centro di Formazione Sportiva "Il Poliedro" di Pray Biellese.

Il nuovo ed intimo rapporto di collaborazione fra i Comuni italiani (sono 7151 quelli che aderiscono all'associazione) e la nostra Federazione prende le mosse da solide premesse, dettagliatamente evidenziate nel documento base del "Protocollo d'intesa" e che è opportuno qui sintetizzare.

I Comuni, che hanno per Legge la delega in materia di promozione sportiva, riconoscono la pratica sportiva come elemento primario nel processo di crescita formativa, culturale e sociale dei giovani. Sono inoltre i proprietari della quasi totalità degli impianti sportivi presenti nel territorio (148.800 spazi sportivi censiti da CNEL e CONI nel 2003) e destinano parte non indifferente dei loro bilanci alla promozione ed allo sviluppo della pratica sportiva.

In particolare l'ANCI è dotata di una Commissione Nazionale permanente per le Politiche Giovanili e lo Sport che ha fra i suoi compiti anche quello di stimolare e concretizzare progetti di sviluppo nel suo specifico campo.

La FIJLKAM, da parte sua, strutturata su tutto il Territorio Nazionale con una sua capillare organizzazione, rappresenta per lo sport un'opportunità di crescita negli specifici livelli comunali, promuove e tutela l'associazionismo sportivo di base, è impegnata in progetti di ricerca tesi a favorire i processi di miglioramento dell'apprendimento ed è l'unica Federazione riconosciuta dal CONI, e pertanto dal Comitato Internazionale Olimpico, per quanto riguarda la Lotta, il Judo, il Karate, l'Aikido, il Ju Jitsu e il Sumo.

Le parti che hanno firmato l'accordo si prefiggono, in particolar modo, di percorrere ben determinate linee guida, che in definitiva sono proprio patrimonio fondamentale degli "sport di relazione": cultura del movimento ed osservanza di una corretta alimentazione; acquisizione di comportamenti solidali che favoriscano l'autocontrollo; ricorso ai contributi forniti sull'intelligenza motoria e nell'apprendimento dallo studio delle neuroscienze; impegno nella ricerca educativa che si prefigge la gestione ed il controllo degli



I protagonisti dell'accordo Donato Gentile, Matteo Pellicone, Roberto Pella e Francesco Penna



impulsi aggressivi che potrebbero altrimenti portare alla violenza sociale; acquisizione di competenze cognitivo-motorie che possono essere trasferite in altre discipline e nelle attività sociali.

Il meccanismo realizzativo del progetto postula che inizialmente si stabiliscano produttivi contatti fra i Comuni associati all'ANCI e la Federazione, iniziando dall'attuazione, presso i plessi scolastici territoriali, del "Progetto Sport a Scuola" per i quali la FIJLKAM ha formato i propri Insegnanti tecnici e predisposto l'apposito "kit" didattico. Il relativo materiale può essere acquistato dai Comuni a condizioni estremamente vantaggiose con la fattiva mediazione della FIJLKAM.

E' inoltre prevista l'attivazione di convegni a carattere scientifico; di tavoli di confronto per una lettura organizzata del bisogno sportivo dei territori; di progetti che servano a promuovere l'attività motoria e che ne evidenzino i vantaggi in qualsiasi fascia d'età.

Per l'attuazione del Protocollo, che ha validità di cinque anni e che è rinnovabile una o più volte, è stata istituita presso la FIJLKAM una Commissione paritetica di monitoraggio, formata da sei membri che rappresentano le due parti.

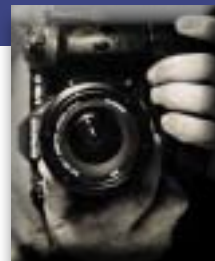
"L'iniziativa - dichiara Donato Gentile - tende ad avvicinare i giovani alla conoscenza ed alla pratica di sport che costituiscono preziosi modelli educativi. Con la lotta e con le arti marziali vengono proposti strumenti di crescita fisica e morale, importantissimi in una società sempre più esigente e nella quale diventa gratificante patrimonio personale il sapersi gestire nel rispetto delle regole e della civile convivenza".

Il Professor Gentile, Dirigente scolastico del V Circolo Didattico presso la SM San Francesco d'Assisi e 5° Dan di karate, sport che ha praticato con i Maestri Salerno e Penna, ha voce autorevolissima nel campo dello Sport e della Scuola, anche perché il sistema educativo di Biella è risultato, nel recentissimo Rapporto di "TUTTOSCUOLA", il primo in Italia per edilizia scolastica, organizzazione e livelli di apprendimenti. Gentile sottolinea anche la "bellezza dei gesti tecnici ed i valori positivi delle discipline di combattimento".

Sulla stessa lunghezza d'onda si esprime Roberto Pella che affianca alla già citata funzione di Assessore Comunale allo Sport ed alle Politiche Giovanili quelle di delegato ANCI alle politiche giovanili e sportive e di Membro del Comitato delle Regioni dell'Unione Europea, in cui opera al fianco della presidentessa Androulla Vassiliou, cipriota: *"L'obiettivo è coinvolgere maggiormente i giovani nella partecipazione a questo tipo di attività, partendo dall'idea che la pratica delle arti marziali rappresenta un modello educativo ed un modo sano di combattere. Quello delle arti marziali è un mondo che coniuga in maniera perfetta la valorizzazione dello sport, i principi della difesa personale, l'amore verso il proprio corpo, il principio di socializzazione. L'accordo con la FIJLKAM ci porta ad entrare in contatto con una Federazione che può contare su grandi numeri, quantitativi e qualitativi e ci consente di sensibilizzare i Comuni italiani su questo tipo di impegno, invitandoli a diffondere fra i giovani pratiche*



Il Presidente Matteo Pellicone e il Segretario Generale dell'ANCI Roberto Pella alla storica firma



che sono sommamente educative”.

Il Presidente della FIJKAM Matteo Pellicone guarda al Protocollo ritenendolo altamente positivo. *“ Un lavoro di promozione dei nostri sport, che vede impegnarsi in sintonia tutti i Comuni d'Italia e la nostra Federazione, costituisce sicuramente un decisivo ed importante passo in avanti. L'Associazione più diffusa sul territorio nazionale testimonia la fiducia che ripone nei nostri metodi educativi e, nel contempo, indica un percorso di progresso fisico-sportivo-formativo che le nostre strutture sono in grado di realizzare. Tutta la FIJKAM è gratificata da questa scelta, che in definitiva parte dalla Città di Biella, ai vertici delle valutazioni nazionali ed europee proprio nel campo dell'educazione scolastica e sportiva dei giovani. Lavorando con i tanti Comuni d'Italia si potranno realizzare virtuosi progressi in settori che sempre più necessitano di interventi, quali la salute fisica e morale dei giovani, la socializzazione, il rispetto delle regole, la capacità di assumere i giusti comportamenti in situazioni difficili”.*

Pioggia di medaglie rosa all'Austrian Ladies Open

A Gotzis le cadette conquistano la vetta della classifica per Nazioni

di Giovanna Grasso - foto di Annalisa Debiasi



Le azzurrine in trasferta ci hanno abituato bene, dall'inizio dell'anno non hanno perso nemmeno un'occasione per portare in patria qualche medaglia e anche nel caso della trasferta di Gotzis non si sono smentite. In Austria hanno realizzato il massimo ottenuto fin qui e sono tornate in Italia con due ori, un argento e quattro bronzi, oltre al primo posto nella classifica per Nazioni nella classe Cadetta davanti a Ungheria ed Austria.

Hanno salutato dal gradino più alto del podio Marta Rainero nei 43 chilogrammi e Assunta Persico nei 49, l'argento è stato conquistato da Dalma Caneva nei 70, mentre i quattro bronzi sono di Valentina Faccio nei 46 chilogrammi, Carola Rainero nei 52, Martina Greci nei 60 e Cristina Piffer nei 65 chilogrammi.

Le nostre cadette sono, quindi, uscite a testa alta dall'*Austrian Ladies Open 2011* organizzato dall'ottimo Prof. Bruno Hartmann, grande amico dell'Italia, regalando grande soddisfazione ai tecnici Rodriguez, Debiasi e Liuzzi in trasferta con loro e molta emozione al pubblico degli appassionati che aspettava il "vento di novità" dal mondo della lotta. E sembra proprio che questo vento stia arrivando, iniziando a spirare nell'area femminile per rinnovare e rinvigorire tutto il movimento.

L'edizione 2011 dell'*Austrian Ladies Open* ha avuto meno partecipanti dell'usuale, ma è pur sempre stata una competizione di ottimo livello. Hanno preso parte alla gara Finlandia, Ungheria, Austria, Svizzera, Canada, Slovacchia, Polonia, Scozia, Rep. Ceca e, naturalmente, Italia. "La gara è andata particolarmente bene – commenta al rientro in Italia il tecnico Annalisa Debiasi – siamo tutti molto contenti di questo gruppo che sta crescendo così bene e con così tanta armonia. Sono state brave tutte e tutte hanno superato almeno due incontri, Dalma e Valentina addirittura quattro, e questo è un aspetto molto importante perché le avversarie battute in questo torneo sono le stesse che incontreranno tra poco tempo agli Europei. La competizione ha avuto uno svolgimento molto intenso, nella stessa giornata le ragazze hanno fatto il peso e tutta la gara e questa organizzazione è utile perché le gare di lotta sono così, senza tempo tra gli incontri. Le nostre ragazze hanno reagito tutte bene a questo tipo di stress. Ognuna ha le proprie caratteristiche, ovviamente, ma il bello è che il gruppo nell'insieme sta crescendo con costanza negli anni e questo è il punto di forza. Marta Rainero, con la sorella maggiore Carola, viene da una scuola di judo e ancora pratica entrambe le discipline; promette bene, ma è arrivato per lei il momento di scegliere, se vuole alzare il suo livello deve





specializzarsi. In questo senso Carola ha già scelto di lasciare il judo per la lotta e si vedono i risultati: ha cambiato la sua impostazione tecnica ed è molto migliorata. Può fare grandi cose. Assunta Persico, l'altra medaglia d'oro di questo torneo, è un'atleta che migliora costantemente, è dotata fisicamente e anche dal punto di vista caratteriale e in questa gara ha dimostrato anche di aver fatto un salto in avanti nella maturità. Dalma Caneva è una grande atleta, forse è arrivata a questo appuntamento un po' stanca e ha perso la finale con l'austriaca Martina Kuenz che di solito, invece, batte. Ma è un caterpillar, ha un gran carico emotivo e una volontà forte. Al di là dei suoi risultati personali è veramente una figura fondamentale nel gruppo perché è un elemento positivo, dà il buon esempio sia in allenamento che in gara perché non molla mai, ma fuori è una giocherellona, molto simpatica e scherzosa e contribuisce a creare un clima di gruppo amichevole e rilassato, dove tutte riescono a divertirsi insieme.

"Valentina Faccio ha avuto una bella prestazione, però è ancora troppo ansiosa e per questo, secondo me, non riesce ad esprimere le sue potenzialità. Deve cercare di superarlo perché è molto dotata, ha un attacco alle gambe fuori dall'ordinario ed è molto potente fisicamente, dotata di una notevole forza esplosiva.

Per Martina Greci si è trattato della prima gara internazionale; ha molta grinta e voglia, ma viene dal judo e quindi ha poca esperienza. Inoltre il vero problema che accomuna tutte le atlete che si sono formate col judo è quello dell'impostazione: devono lavorare molto su quello per ottenere dei risultati nel lavoro. Anche Cristina Piffer è stata all'altezza; è in una categoria giusta, non troppo tecnica ed ha ampi margini di miglioramento.

"Al di là del risultato che è grande e fa piacere a tutti, secondo me bisogna tenere nella giusta considerazione la crescita di questa squadra come gruppo. Stanno facendo un grande lavoro e lavoreranno molto bene nel collegiale che segue la competizione. L'allenamento in collegiale è importantissimo, vale più di un mese di allenamento a casa, sia per il livello delle partner che per l'opportunità di crescita che dà. Carlos è molto contento di come stanno andando le cose, ha segnato diversi elementi sui quali fermarsi a lavorare, non solo in questa trasferta, ma anche a casa in vista degli Europei. Le ragazze sono molto scrupolose e lo sono anche i loro tecnici sociali. Arrivano alle convocazioni sempre molto ben preparate e questo è segno che nei Club lavorano e lavorano bene. Carlos è un tecnico superlativo, sa essere assolutamente imparziale con tutte, è metodico e preciso anche sullo studio del regolamento, esige molto ma sa dare anche molto e le ragazze questo lo sentono. Tutto ciò può sembrare eccessivo da dire, ma le dinamiche che si creano in un gruppo femminile sono particolari e a volte distruttive, bisogna sapere gestire con intelligenza e sensibilità per non vanificare tutto il lavoro fatto in palestra per colpa di dinamiche relazionali".



Prova di stile per gli azzurrini alla "Coupe Raphael Martinetti"

di Giovanna Grasso - foto di Emanuele Di Felicianonio



Trasferta ricca di medaglie e di soddisfazione quella degli azzurrini dello stile libero in Svizzera, a Martigny, dove hanno partecipato con successo alla nona edizione del torneo organizzato dallo Sporting-Club des Lutteurs e dedicato al Presidente della Federazione Internazionale, Raphael Martinetti.

Una medaglia d'oro e tre di bronzo sono il ricco paniere conquistato dai giovani stileliberisti in questa competizione elvetica, alle quali vanno a sommarsi anche tre ottimi quinti piazzamenti. La gara ha ospitato 110 atleti di 9 Nazioni tra cui Stati Uniti e Russia, presenti a Martigny per la prima volta. In particolare dare ospitalità alla nazionale russa ha rappresentato, per gli organizzatori, una grande conquista dal momento che usualmente le sue squadre giovanili vengono fatte gareggiare direttamente nelle competizioni seniores. A Martigny i giovani russi hanno contribuito ad innalzare il livello agonistico e hanno concluso con la conquista di due ori e un bronzo.

"Siamo soddisfatti della prestazione dei nostri - commenta a caldo il DT Carlo Marini - questa competizione è stata l'ultima prova prima degli Europei di classe e ha una valenza sia tecnica che di gruppo per quanto riguarda il percorso sportivo futuro. Come detto più volte, a questa età gli atleti sono troppo giovani per dare un giudizio definitivo, possiamo parlare di prospettive più che di previsioni. La gara ha avuto un livello medio buono e ci ha dato modo di osservare, al di là dei risultati, il comportamento degli azzurri e la loro attitudine alla gara. Queste considerazioni ci permettono di impostare il lavoro futuro per intervenire in modo mirato sugli aspetti, anche caratteriali, che ci interessa modificare o potenziare".

La medaglia più prestigiosa è di Alessandro Vazzana nei 54 chilogrammi, vinta al termine di una gara condotta in modo ineccepibile, come racconta Marco Arfè, presente a Martigny come collaboratore tecnico: "Alessandro ha affrontato al primo incontro Hazan (l'altro azzurrino presente nella categoria, ndr) e ha vinto al termine della terza ripresa di un incontro molto combattuto. La semifinale l'ha contrapposto allo spagnolo Talleda che ha dominato con sicurezza dimostrandosi nettamente superiore. In finale ha affrontato uno dei beniamini di casa, lo svizzero Kalin, quindi ha avuto la difficoltà emotiva di trovarsi il tifo contro. Nonostante questo ha lottato senza un errore e senza mai farsi dominare dall'emozione, ha battuto nettamente lo svizzero e ha chiuso l'incontro senza fargli segnare un solo punto. Ha lottato molto bene: sicuro, pulito e tecnicamente ineccepibile. La sua è stata una prestazione di alto livello". Alla fine della gara nella categoria Dylan Hazan, ripescato dal suo compagno di squadra, ha concluso conquistando una bella medaglia di bronzo, frutto della sua netta vittoria sullo stesso Talleda.

Altro bronzo è quello portato a casa da Vincenzo Succoia nei 42 chilogrammi, alla sua gara d'esordio in campo internazionale: "Nel primo incontro con il francese Sow - continua il racconto di Marco Arfè - era tesissimo e molto



Alessandro Vazzana



emozionato. Questa è stata la sua prima gara internazionale, quindi non ha esperienza e la prima volta può essere molto forte emotivamente. Per come ha perso, prendendo un punto a dieci secondi dalla fine, secondo me poteva vincere, ne era all'altezza. Comunque è andato in finale per il bronzo e qui ha lottato con lo spagnolo Alvarez, conducendo l'incontro con sicurezza, questa volta. E' un ragazzo molto giovane, da tenere in considerazione per il futuro perché è tenace: anche se ha perso il primo incontro non si è lasciato scoraggiare, è rimasto attivo e propositivo e non ha avuto timore di mettersi in gioco".

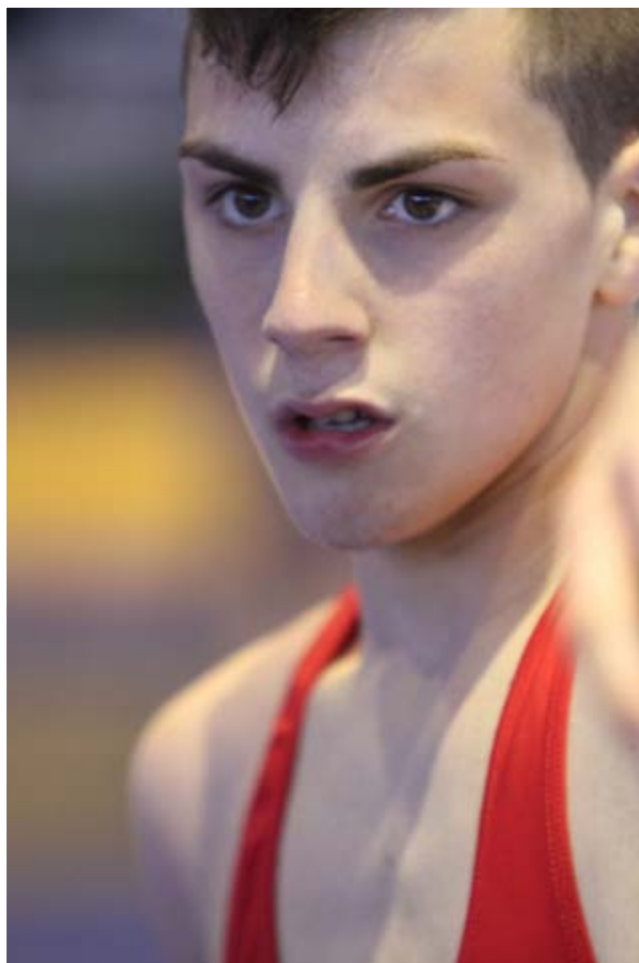
Il terzo bronzo è arrivato nella categoria 63 chilogrammi grazie ad Aron Caneva: "al primo incontro ha trovato lo svizzero Betschart -prosegue Arfè - è stato un match difficile, vinto dall'azzurro al terzo tempo e per un punto. Aron era più bravo, ma ha sofferto pur vincendo. Il secondo incontro, invece, non è andato e ha perso contro l'israeliano Gasanov. Però, secondo me, era all'altezza del suo avversario e avrebbe potuto vincere; c'era una disparità di forza, probabilmente, perché Aron è molto alto e molto magro quindi, se da un lato questo lo avvantaggia, dall'altro fa più fatica perché la sua forza è minore. Ma è molto giovane, quindi quando maturerà fisicamente farà un balzo in avanti dal momento che la sua impostazione tecnica è ottima. Tornando alla gara, anche la finale per il bronzo è stata combattuta: perdeva contro l'americano Nicholson, molto forte fisicamente e estremamente tenace, come tutta la scuola USA. Però Aron ha messo sul tappeto una bella grinta e non si è lasciato intimidire, né scoraggiare e alla fine ha vinto benissimo, schienando l'avversario.

"Peccato per i quinti posti; anche se sono buoni piazzamenti siamo stati veramente ad un passo da almeno altre due medaglie di bronzo. La squadra è molto giovane e quindi ha pesato molto l'inesperienza e l'emozione della prima trasferta all'estero che non ha permesso a tutti di lottare secondo le proprie capacità. Però al di là del risultato, ci interessava vedere anche come avrebbero affrontato il collegiale di allenamento, quale poteva essere la consistenza della squadra e da questo punto di vista siamo soddisfatti".

La stessa considerazione è ribadita e sviluppata da Carlo Marini: "stiamo lavorando sul gruppo per creare una squadra di alto livello. Dobbiamo lavorare in prospettiva non solo per gli obiettivi a medio termine, come gli Europei e i Mondiali, ma anche per creare un gruppo che tra 8/10 anni rappresenterà l'Italia nel mondo. Lo stile libero è una disciplina difficile, gli atleti nostrani maturano con un certo ritardo rispetto ai colleghi dell'Est europeo, quindi i nostri obiettivi sono quelli di creare le opportunità e dare gli strumenti affinché questa crescita possa procedere in modo costante. Poi è chiaro che parliamo di persone molto giovani, impegnate in attività, come la scuola, che spesso sono in concorrenza con la pratica sportiva. Non possiamo fare previsioni oggi sugli atleti cadetti, possiamo lavorare con il massimo impegno possibile e valutare la loro attitudine ad affrontare la vita dell'atleta di alto livello e contemporaneamente, continuare ad offrire loro momenti di confronto con partner internazionali in modo da favorire la loro crescita agonistica".



Vincenzo Succoia



Dylan Hazan

Aron Caneva



Alfio Interbartolo





Marco Carcea



1. DOPING MEGLIO EX ATLETA CHE UOMO di Giovanni Notaricola - 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)



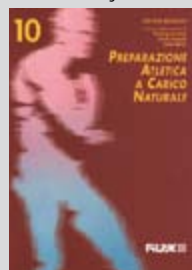
7. BIOMECCANICA DELLA PESTISTICA MODERNA di Renzo Pozzo, Attilio Sacripanti ed Ernesto Zanetti - Pag. 112



8. PROGRAMMA TECNICO DI JU JITSU di Giancarlo Bagnuolo - Pag. 193



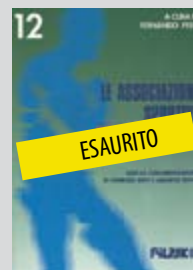
9. CRITERIUM NAZIONALE DI BIATHLON ATLETICO DI PANCA E CORSA di Stelvio Berardo - Pag. 52



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



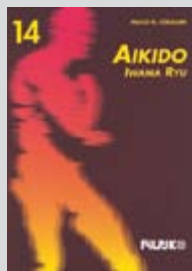
11. ALIMENTAZIONE E SPORT di Michelangelo Giampietro, Giuseppina Gagliardi e Stelvio Berardo - Pag. 127



12. LE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE (esaurito)



13. FILPK 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)



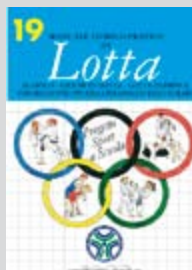
16. MGA: IL METODO GLOBALE DI AUTODIFESA FIJLKAM di Giuseppe Locantore (2ª edizione) - Pag. 123



17. FIJLKAM 1953-1980



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



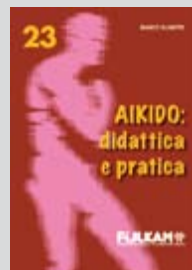
20. Manuale teorico-pratico di Judo - Scuola elementare e media di primo e secondo grado di Nicola Moraci



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



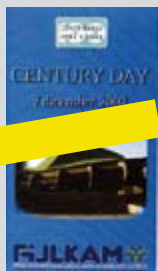
24. 1° Quaderno Tecnico Fijlkam: Documenti tecnico-scientifici Atti dei Seminari Tematici 2007-08 di Renato Manno - Pag. 96



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 (ristinto 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 56191527
Via dei Sandolini, 79 - 00122 Ostia Lido RM

Azovmash Cup: banco di prova per i Mondiali

di Giovanna Grasso - foto Archivio FIJKAM

Nel cammino di preparazione degli azzurri ai Mondiali di Istanbul la squadra della greco romana si è diretta in Ucraina dove ha preso parte, in formazione ridotta, al Torneo internazionale "Azovmash Cup", competizione di alto livello che ha visto la partecipazione dei migliori greco romanisti del panorama europeo.

Formazione ridotta, dicevamo, dovuta alle defezioni di Daigoro Timoncini e Rocco Daniele Ficara entrambi infortunati, e all'assenza di Andrea Minguzzi che, a onor di cronaca, ha partecipato al collegiale di allenamento prima della gara. Il campione olimpico, tuttavia, è rimasto tra il pubblico perché il suo cammino di rientro alle competizioni internazionali prevede direttamente il massimo campionato in terra turca. Gli azzurri in gara sono stati Federico Manea nei 55 chilogrammi, Riccardo Magni e Vincenzo Macrì nei 60 e Tiziano Corrigan nei 66.

L'ultima volta degli azzurri a Mariupol per la Coppa Azovmash fu nel 2007 e fu di buon auspicio: parteciparono Andrea Minguzzi e Daigoro Timoncini che, subito dopo e in rapida successione, si qualificarono alle Olimpiadi di Pechino

con il bellissimo epilogo che tutti ricordiamo. Anche allora non ci furono risultati strabilianti in Ucraina, ma la qualità dello stage di allenamento abbinato alla gara concorse indubbiamente al raggiungimento del risultato olimpico. "Nel 2007 abbiamo fatto esattamente lo stesso percorso di oggi - commenta il tecnico Giuseppe Giunta che, con Mario Oliveira, ha accompagnato a Mariupol la squadra - quindi ci auguriamo, con un po' di scaramanzia, che vada nello stesso modo anche questa volta. Andrea non ha partecipato

alla gara, così come stabilito dalla sua "tabella di marcia", ma è stato sul tappeto e ha lottato bene e con grande energia. Sta riacquistando la forma e sarà pronto per i Mondiali a settembre, nel tentativo di mettere a segno la qualificazione olimpica. Il cammino è ancora lungo e prevede altri collegiali



Federico Manea



Giuseppe Giunta e Mario Oliveira all'angolo di Federico Manea



internazionali di allenamento prima in Spagna poi in Romania e stiamo valutando anche la partecipazione ad altri tornei. Andrea ce la sta mettendo tutta e ha il supporto di tutta la squadra, quindi siamo ottimisti. Daigoro, invece, non è venuto con noi perché si è operato da poco al menisco, quindi deve sottoporsi alle terapie di riabilitazione, ma anche lui è un vero combattente e recupererà al meglio.

“La gara non ci ha dato risultati, ma unita all’ottimo collegiale che abbiamo fatto, ci fa intravedere buone prospettive: Manea nei 55 chilogrammi ha fatto una gara buona. Ha vinto il primo incontro con il giordano Jabir Muath nettamente, poi ha perso con il turco Bozoglu Harun, ma opponendo una gran resistenza e facendo una bella lotta. E’ un ragazzo dotato che potrebbe fare belle cose, purtroppo la sua è una categoria difficile, dove ci sono gli atleti più forti dei Paesi più forti: Bulgaria, Armenia, Azerbaijan per dirne alcuni.

“Nei 60 chilogrammi - prosegue Giunta - avevamo sia “il decano” Magni che il giovane Vincenzo Macrì. Quest’ultimo ha avuto un buon sorteggio che gli ha permesso di partire dagli ottavi, però non ha superato il turno perdendo di misura con l’estone Anar Zeinalov. Non è stato ripescato, peccato, perché sa mettere sul tappeto una buona lotta ed è un gran lavoratore. Considerato che ha solo 21 anni ed è da poco con noi in nazionale, confidiamo che farà un bel cammino perché è un atleta su si può contare. Al suo opposto quanto ad età, abbiamo Riccardo Magni: con i suoi 35 anni compiuti è il più anziano del gruppo. Ma ha ancora voglia ed energie da spendere e la sua presenza in nazionale ci è molto utile perché è la figura di atleta a cui gli altri si ispirano. La sua energia è contagiosa e la sua serietà in allenamento, oltre al grande spirito di squadra che lo caratterizza, costituiscono una leva molto positiva per tutti gli altri.

“Tiziano Corrigan nei 66 non ha avuto un sorteggio altrettanto fortunato, ma è partito dai 16i. Purtroppo non è riuscito ad opporsi efficacemente al bielorusso Rustem Emir-Amazayev che lo ha sconfitto nettamente e che è anche una sua vecchia conoscenza, avendolo incontrato già diverse volte in passato. Tiziano è un atleta talentuoso e potrebbe piazzarsi tranquillamente tra i primi cinque al mondo, anche perché è anche un atleta costante e serio. Deve solo, secondo me, superare un piccolo blocco psicologico e capire come



Riccardo Magni

Tiziano Corrigan



indirizzare al meglio le sue capacità. Sono sicuro che la qualificazione olimpica è alla sua portata.

“Non siamo scontenti per il risultato della gara - conclude Giunta - perché non era quello il nostro obiettivo, quanto lo stage che, invece, è andato benissimo. I nostri avversari sono agguerriti e lavorano forte per la qualificazione, ma anche noi stiamo lavorando bene. Con Mario (Oliveira, ndr) abbiamo la stessa visione delle cose e siamo sempre d'accordo su come mettere in pratica i programmi decisi dal DT Caudullo. Non ci piace improvvisare, né pensiamo ingenuamente che dato che noi abbiamo raggiunto dei risultati, i nostri atleti li raggiungeranno in modo automatico: per noi si tratta di riuscire a trasmettere le nostre conoscenze e le nostre esperienze e di essere determinati nel dare loro la giusta carica ed i giusti stimoli. Noi siamo sempre con l'atleta e lo accompagnamo per tutto il percorso, ma quando sale sul tappeto noi ci fermiamo all'angolo e gli ultimi tre metri li fa da solo. Questo significa che noi trasmettiamo tutto quello che sappiamo o che possiamo, ma poi sono gli atleti che devono sapere che quello che fanno lo fanno per loro stessi e non per nessun altro, allenatore incluso. A me sembra che la maggior parte della squadra questo lo abbia ben presente, quindi non posso che essere ottimista sul resto del cammino che ci aspetta.”



Vincenzo Macri



convenzioni alberghiere

Vi presentiamo le convenzioni che la Fijlkam ha stipulato e rinnovato con alcune strutture alberghiere di Ostia Lido, al fine di agevolare i propri associati in occasione dello svolgimento delle manifestazioni federali presso il Palazzetto della Fijlkam. Le convenzioni sono valide sino al **31 dicembre 2011**.

AIRPORT PALACE HOTEL - Viale dei Romagnoli, 165 - 00121 Ostia Lido RM - Tel. 06 56 92 341 fax 06 56 92 641

Pernottamento e prima colazione in camera doppia	euro	55,00	p.p. al giorno
Mezza pensione in camera doppia	euro	77,00	p.p. al giorno
Pensione completa in camera doppia	euro	99,00	p.p. al giorno
Supplemento camera singola	euro	33,00	al giorno
Pasto extra	euro	31,00	p.p.
Tassa di soggiorno	euro	3,00	p.p. al giorno

Le tariffe includono le bevande della casa durante i pasti (1/2 lt. di acqua minerale e 1/4 di vino) e l'IVA

ARAN BLU HOTEL - Lungomare Duca degli Abruzzi, 66-70 - 00121 Ostia RM Tel. 06 56 34 02 25 fax 06 56 03 08 64 e-mail ricevimento.abh@virgilio.it

Camera singola	euro	80,00	per notte
Camera doppia/matrimoniale	euro	100,00	per notte
Camera tripla	euro	120,00	per notte
Prima colazione a buffet e garage inclusi nelle tariffe			
Eventuale mezza pensione	euro	27,00	p.p. acqua e caffè inclusi
Tassa di soggiorno	euro	3,00	p.p. al giorno

ALBERGO "LA SCALETTA" - Lungomare Paolo Toscanelli, 130 - 00121 Ostia RM tel. 06 56 72 522 fax 06 56 72 607 e-mail lascaletta@tiscali.it

Camera singola con bagno, tv, prima colazione	euro	50,00	per notte
Camera doppia con bagno, tv, prima colazione	euro	65,00	per notte
Camera tripla con bagno, tv, prima colazione	euro	90,00	per notte
Camera quadrupla (letto a castello) con bagno, tv, prima colazione	euro	106,00	per notte

COUNTRY CLUB CASTELFUSANO - Piazza di Castelfusano, 1 - 00124 Casalpalocco Roma tel. 06 56 18 54 90 fax 06 56 18 52 27 e-mail info@countryclubcastelfusano.it

Camera uso singola	euro	31,00	a notte
Camera uso doppia	euro	21,00	a notte p.p.
Camera uso tripla	euro	17,00	a notte p.p.
Camera quadrupla	euro	17,00	a notte p.p.
Supplemento pasto - a persona	euro	8,50	

Camera in bungalows in legno, con letti a castello. Compresa nel prezzo: prima colazione, frigorifero in camera, piscina, cassette di sicurezza, aria condizionata

Le tariffe non comprendono la tassa di soggiorno sui Servizi Turistici della città di Roma introdotta per decreto a partire dal 1 gennaio 2011

HOTEL PING PONG - Lungomare Paolo Toscanelli, 84 - 00122 Ostia Lido RM tel. 06 560 17 33 fax 06 562 36 41 e-mail info@hotelpingpongostia.com

Camera singola	euro	50,00	
Camera doppia	euro	80,00	
Camera tripla	euro	90,00	
Camera quadrupla	euro	100,00	
Tassa di soggiorno	euro	2,00	p.p. al giorno

Nel prezzo è compresa la prima colazione

LITUS ROMAHOTEL - Lungomare Paolo Toscanelli, 186 - 00122 Ostia Lido RM tel. 06 56 97 275 fax 06 56 91 788 e-mail info@litusroma.com

Camera 4/6 letti con servizi al piano	euro	da 18,00 a 23	a notte p.p.
Camera 5/6 letti con servizi privati	euro	da 20,00 a 26	a notte p.p.
Camera 4 letti con servizi privati	euro	da 22,00 a 28	a notte p.p.
Camera 4/5 letti con servizi privati - uso tripla	euro	da 23,00 a 30	a notte p.p.
Camera 4/5 letti con servizi privati - uso doppia	euro	da 25,00 a 34	a notte p.p.

Le tariffe dipendono dalla stagionalità e dalla tipologia della stanza

OSTIA ANTICA PARK HOTEL - Viale dei Romagnoli, 1041/a - 00119 Ostia Antica RM tel. 06 565 20 89 fax 06 56 35 01 16 e-mail info@ostiaanticaparkhotel.it

Camera singola	euro	65,00	p. notte
Camera doppia	euro	80,00	p. notte
Camera tripla	euro	90,00	p. notte
Pasto atleti - per persona - per pasto bevande escluse	euro	15,00	
Tassa di soggiorno	euro	2,00	p.p. al giorno

Nel prezzo è compresa la prima colazione a buffet - servizio navetta disponibile su richiesta ad un piccolo costo aggiuntivo

SATELLITE PALACE HOTEL - Via delle Antille, 49 - 00121 Ostia Lido RM tel. 06 56 183 fax 06 56 95 993

Pernottamento e prima colazione in camera doppia	euro	59,00	p.p. al giorno
Mezza pensione in camera doppia	euro	82,00	p.p. al giorno
Pensione completa in camera doppia	euro	105,00	p.p. al giorno
Supplemento camera singola	euro	33,00	p.p. al giorno
Pasto extra	euro	31,00	p.p.
Tassa di soggiorno	euro	3,00	p.p. al giorno

Le tariffe includono le bevande della casa durante i pasti (1/2 lt. di acqua minerale e 1/4 di vino) e l'IVA

HOTEL SIRENETTA SPA - Lungomare Paolo Toscanelli, 46 - 00121 Ostia Lido RM tel. 06 56 22 310 - 06 5622720 fax 06 56 30 45 72 e-mail info@hotelsirenettaostia.com

Camera singola	euro	50,00	
Camera doppia	euro	70,00	
Camera tripla	euro	80,00	
Camera quadrupla (triplo + brandina)	euro	90,00	
Tassa di soggiorno	euro	2,00	p.p. al giorno

Nel prezzo è compresa la prima colazione - È previsto, previa prenotazione, un servizio navetta gratuito

Tricolori Juniores: Lignano premia Akiyama e Banzai

di Enzo de Denaro - foto di Emanuele Di Feliciano

A Lignano Sabbiadoro per il tricolore juniores. E se la strada che porta al villaggio sportivo Getur di Lignano è percorsa ormai con frequenza sempre maggiore dai judoka di tutta l'Italia, quella che il 12-13 marzo 2011 ha portato sulle spiagge dell'Adriatico la finale del campionato italiano under 20 è stata la prima volta per questa classe d'età in Friuli Venezia Giulia. I precedenti risalgono al 1988 quando si disputò a Trieste il campionato italiano assoluto ed al 1989 a Udine per il campionato italiano speranze, mentre nel 1998 arrivarono a Pordenone gli Esordienti, per i quali non c'era ancora il campionato italiano, bensì il Gran Premio. Altre finali nazionali ospitate in FVG si tennero a Pordenone e Tarcento, ma assegnarono i titoli a squadre di A2. La manifestazione tricolore è stata organizzata dal Dif Yama Arashi Udine con il coordinamento di un Comitato Organizzatore costituito ad hoc e formato fra gli altri da Stefano Stefanel, Edoardo Muzzin ed in particolare da Mariagrazia Perrucci ed Elisabetta Fratini, che hanno brillantemente guidato la squadra dei presidenti di giuria nella prima gara gestita con il sistema informatico europeo. Fluida e puntuale è stata l'organizzazione dei transfer da e per gli aeroporti, gradevole la pubblicitaria promozionale realizzata per l'evento, compresa la mascotte "Bootalco" creata dalla matita di una judoka del club udinese, Fabiana Tirindelli e significativo anche il dato numerico dell'accoglienza all'interno del villaggio Getur, che ha registrato 800 pernotti giornalieri che, tenuto conto del numero di atleti in gara, dà la misura di un movimento -quello judoistico nazionale- che pur senza spostare grandi folle, né riempire stadi, è in grado ugualmente di produrre un indotto reale sugli appuntamenti di un certo rilievo. La gara, cui hanno preso parte 264 atleti maschi e 130 femmine, è stata scorrevole e tecnicamente apprezzabile, caratterizzata in apertura dall'esecuzione dell'inno nazionale per assicurare la dovuta solennità e la massima partecipazione degli sportivi alle celebrazioni per i festeggiamenti del 150° anniversario



Le Finali maschili



Kg-55 Piredda-Ferretti





dell'Unità d'Italia, ma anche di un momento di raccoglimento per le vittime del Giappone colpito dal terremoto e dallo tsunami.

L'Akiyama Settimo Torinese si è aggiudicato il primato della classifica maschile con Fabio Basile nei 60 kg e Massimiliano Carollo nei 73 kg bravi nell'aggiudicarsi le due medaglie d'oro del team torinese guidato da Pierangelo Toniolo, mentre gli altri sei titoli in palio sono stati conquistati da Andrea Ferretti del Cus Siena nei 55 kg, Enrico Parlati delle Fiamme Oro nei 66 kg, Fabio Miranda del Team Romagna negli 81 kg, Diego Frustaci del Banzai Cortina Roma nei 90 kg, Ciro Busto della Forza e Costanza Brescia nei 100 kg e Domenico Di Guida dello Star Club Napoli nei +100 kg. Alle spalle dell'Akiyama, sono saliti sul podio i tecnici del Nippon Napoli, secondo e del Team Romagna, terzo.

Il Banzai Cortina Roma invece, con sei atlete sul podio, si è aggiudicato il primato nella classifica femminile. Il titolo conquistato da Ilaria Fortini (63) con due secondi e tre terzi posti hanno fatto la differenza a favore del team romano rispetto l'Akiyama Settimo, secondo ed il Judo Valpolicella, terzo. Particolarmente significativo il titolo tricolore conquistato dalla triestina Elisa Marchiò (Ginnastica Triestina) nei +78 kg, al quarto titolo consecutivo negli U20, impresa rara realizzata in precedenza da pochissimi altri come Francesca Congia, Mauro Troisi e Paolo Bianchesi. «Organizzazione eccellente e la gestione informatica con il sistema Eju hanno allineato il campionato juniores di Lignano agli standard europei», è stato il commento del maestro Stefanel, delegato Fijlkam alla gara.

Classifiche maschili

55 kg: 1) Andrea Ferretti (Cus Siena); 2) Graziano Piredda (Judo Teiko); 3) Marcello Mundula (Karalis Judo) e 3) Marco Schiavina (Akiyama Settimo)

60 kg: 1) Fabio Basile (Akiyama Settimo); 2) Lorenzo Guzzardi (Judo Fuorigrotta); 3) Kevin Morelli (Centro Ginnastico Torino) e Carmine Di Loreto (Nippon Napoli)



Kg-60 Basile-Guzzardi





66 kg: 1) Enrico Parlati (Fiamme Oro); 2) Emanuele Bruno (Fitness Club Nuova Florida Roma); 3) Silvio Cici (Judo Castelfranco Veneto) e 3) Antonio Esposito (Star Judo Club Napoli)

73 kg: 1) Massimiliano Carollo (Akiyama Settimo); 2) Augusto Meloni (Judo Frascati); 3) Alessandro De Luca (Judo Valpolicella) e 3) Gennaro Palumbo (Nippon Napoli)

81 kg: 1) Fabio Miranda (Team Romagna); 2) Raffaele D'Alessandro (Nippon Napoli); 3) Luca Barilari (Judo Insieme) e Ares Zanella (Equipe Feltre 2007)

90 kg: 1) Diego Frustaci (Banzai Cortina Roma); 2) Nicolas D'Amico (Centro Ciriè); 3) Karim Gharbi (Team Romagna) e 3) Mirko Pinto (Nippon Napoli)

100 kg: 1) Ciro Busto (Forza e Costanza Brescia); 2) Giuseppe Causarano (Koizumi Scicli); 3) Valerio Menale (Judo Preneste Castello) e Alessandro Troisi (Akiyama Settimo)

+100 kg: 1) Domenico Di Guida (Star Judo Club Napoli); 2) Alessandro Volpe (Judo Tor Lupara); 3) Nicola Becchetti (Kodokan Judo Fratta) e Francesco Detroia (Kodokan Montenero di Bisaccia)

Società: 1) Akiyama Settimo, 40; 2) Nippon Napoli, 26; 3) Team Romagna e Star Napoli, 16

Classifiche femminili

44 kg: 1) Sara Maria Romano (Akiyama Settimo); 2) Maddalena Maisto (Cs Pomilia); 3) Shannon Ruggeri (Kodokan Cremona) e Desirè Rossetto (Akiyama Settimo)

48 kg: 1) Odette Giuffrida (Judo Pavoni); 2) Giulia Mongiello (Akiyama Settimo); 3) Feliciano Savina (Akiyama Savina) e Francesca Milani (Banzai Cortina)

52 kg: 1) Anita Colla (Kyu Shin Do Kai Parma); 2) Manuela Lentini (Marmar Trino); 3) Greta Poser (Judo Vittorio Veneto) e Marta Iadaluca (Banzai Cortina Roma)

57 kg: 1) Sonia Arduini (Judo Valpolicella); 2) Anna Righetti (Cus Verona); 3) Rebecca Conti (Banzai Cortina Roma) e Fabiola Roma (Kyai Ostuni)

63 kg: 1) Ilaria Fortini (Banzai Cortina Roma); 2) Martina Greci (Banzai Cortina Roma); 3) Bintu Fofana (Judo Brianza) e Carola Paissoni (MK Team)

70 kg: 1) Miranda Giambelli (Isao Okano Club 97); 2) Ilaria Silveri (Banzai Cortina Roma); 3) Sara Marignani (Ok Arezzo) e Giuseppina Macri (Judo Milone Crotone)

78 kg: 1) Valeria Ferrari (Judo Valpolicella); 2) Alessandra Ravotto (Ok Club Judo); 3) Chiara Meucci (Kai Sakura Pescara) e Linda Politi (Ren Shu Kan Marina)

+78 kg: 1) Elisa Marchiò (Ginnastica Triestina); 2) Carolina Costa (Lotta Olimpika Messina); 3) Francesca Macaluso (San Mamolo Judo) e Chiara Bonechi (Kodokan S. Angelo)

Società: 1) Banzai Cortina Roma, 52; 2) Akiyama Settimo, 34; 3) Judo Valpolicella, 20



Kg-66 Parlati-Bruno





Kg-73 Meloni-Carollo



Kg-81 Miranda-D'Alessandro

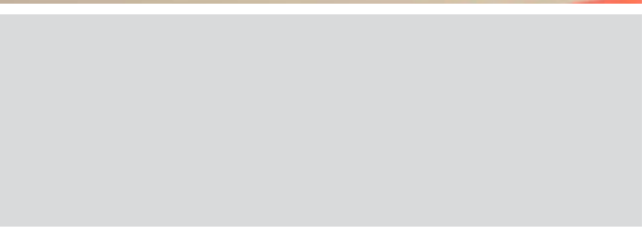


Ylenia Scapin all'angolo del giovane Meloni

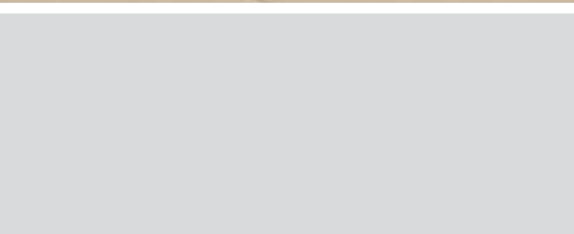




Kg-90 D'Amico-Frustaci



Kg+100 Di Guida-Volpe





Le Finali femminili



Kg-44 Romano-Maisto



Kg48 Giuffrida-Mongiello





Kg-52 Colla-Lentini



Kg-57 Arduini-Righetti





Kg-63 Fortini-Greci



Kg-70 Giambelli-Silveri





Kg-78 Ravotto-Ferrari



Kg+78 Marchiò-Costa



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



Judo e Karate in Abruzzo: en plein di appuntamenti

di Emilio Ermano

L'Abruzzo è una terra da scoprire. E' una regione unica in Italia per le sue caratteristiche geografiche: si affaccia sul mare Adriatico ma allo stesso tempo, a 60 chilometri dalle spiagge si possono ammirare i monti più alti dell'Appennino (Gran Sasso d'Italia e Maiella). L' Abruzzo è anche conosciuta come la regione verde d'Europa

per la notevole presenza di parchi e di aree protette; è stata la Protagonista indiscussa dei XVI Giochi del Mediterraneo così come protagonisti sono stati gli Azzurri FIJKAM che hanno fatto incetta di medaglie. Pescara 2009 è stata una opportunità unica che ha fatto conoscere l'Abruzzo nel mondo; pertanto alcune manifestazioni nazionali e internazionali organizzate sul territorio regionale hanno avuto un incremento di partecipanti anche grazie alla visibilità data dai Giochi.

A Pescara in data 10 Aprile, presso il Palarigopiano si è svolto il 7° trofeo di Judo Città di Pescara, manifestazione nazionale che puntualmente ogni anno richiama sempre più gente, l'edizione 2011 ha visto la partecipazione di oltre 500 partecipanti. La manifestazione



In azione al Trofeo Città di Pescara

Trofeo Città di Pescara



ne è stata organizzata dalla Società Judo Kai Sakura di Pescara dei Maestri Alfredo Trinchese e Vittorio Sola, che con la collaborazione dello Staff Nazionale Csen hanno gestito in maniera perfetta tutta la manifestazione secondo gli schemi della convenzione.

Hanno dato il benvenuto agli Atleti, al numerosissimo pubblico e a tutti gli intervenuti il Presidente del CONI Pescara, il Presidente del Comitato Regionale FIJKAM Abruzzo, il Responsabile Nazionale Judo CSEN ed altre autorità sportive locali.

La manifestazione si è aperta la mattina con le classi giovanili, mentre nel pomeriggio è stata la volta delle classi Cadetti e Juniores. La manifestazione si è conclusa con la premiazione di tutti gli Atleti partecipanti e di tutti i personaggi sportivi presenti.

Ottimi i risultati conquistati al 7° Trofeo Città di Pescara dagli Atleti abruzzesi e dagli Atleti della Società organizzatrice Judo Kai Sakura che a Pescara si occupa dell'insegnamento e della divulgazione culturale e sportivo-agonistica del Judo, del Ju jitsu e del Metodo Globale Autodifesa. E' molto frequentata come Centro di Avviamento allo Sport CONI da bambini e ragazzi dai cinque anni in poi; inoltre negli ultimi due anni l'associazione sta curando con successo l'inserimento nei propri corsi di bambini e ragazzi diversamente abili.

Sabato 7 e domenica 8 maggio si è svolta a L'Aquila la tredicesima edizione del Trofeo Internazionale Città di L'Aquila - 7° Memorial Brigadiere Augusto Desideri.

La manifestazione è stata organizzata dall'Asd Amiternum Judo L'Aquila, sodalizio fondato nel 1992 dal compianto brigadiere della Gdf Augusto Desideri. La Società svolge l'attività sotto la guida di Maria Grazia Scarsella con la collaborazione degli insegnanti tecnici Barbara Desideri e Giampaolo Petrollini. La manifestazione, svoltosi presso la Palestra della Scuola Sottufficiali e Sovrintendenti della Guardia Di Finanza ha visto la partecipazione di 980 atleti appartenenti a 141 società provenienti dall'Italia, da Israele, da Malta, dalla Repubblica di San Marino e dalla Polonia. In evidenza anche la presenza e la prestazione dei Gruppi Sportivi Fiamme Azzurre, Fiamme Gialle e Vigili del fuoco di Livorno. ELEVATISSIMO il livello degli atleti in gara, testimonial d'eccezione è stato il finanziere Michele Monti, terzo classificato ai Campionati Mondiali di Judo, primo classificato ai Giochi del Mediterraneo, sei volte Campione Italiano e nazionale; inoltre ha partecipato ed ha conquistato la medaglia d'oro l'atleta napoletano Marco Maddaloni, sette volte Campione Italiano (il più giovane Campione d'Italia di tutti i tempi) pluricampione eu-



Trofeo Internazionale Città de L'Aquila



Karate - Memorial Walter Cavallo

ropeo under 23 e terzo classificato nelle due edizioni dei Campionati Mondiali di Tbilisi e Vienna. La società che si è classificata al primo posto nella due giorni aquilana, è stata l'Asd Fitness Club Florida di Roma, al secondo posto l'Asd Banzai Cortina di Roma ed al terzo l'As Nippon Club di Napoli. Notevole il risultato ottenuto dall'Atleta aquilana Marta Falasca, dell'Asd Amiternum Judo L'Aquila, che ha ottenuto la medaglia di bronzo nella sua categoria.

Numerose le autorità che sono intervenute alla cerimonia di presentazione: Carmine Lopez, Comandante della Scuola Sottufficiali e Sovrintendenti della Guardia Di Finanza che ha ospitato il trofeo, Giorgio De Matteis Vice-presidente del Consiglio Regionale, Guido Liris Assessore allo Sport della Provincia di L'Aquila, Giampaolo Arduini Assessore allo Sport del Comune dell'Aquila, Rinaldo Pezzoli Rappresentante del Prefetto, il Commissario del Nucleo Industriale di Bazzano Lorenzo Di Marzio, il Presidente Provinciale CONI L'Aquila Luciano Perazza, il Coordinatore per l'Educazione Fisica dell'Ufficio Scolastico Antonello Passacantando, il Presidente Comitato Regionale Fijlkam Abruzzo Emilio Ermano, il Vice Presidente Judo Comitato Regionale Fijlkam Abruzzo Lidio Falcone, il Vice Presidente Judo Comitato Regionale Fijlkam Lazio Gennero Maccaro ed il Presidente della Delegazione Israeliana Doron Catz.

Sabato 4 e Domenica 5 giugno si è svolto a Lanciano (CH) il 4° Memorial Walter Cavallo, gara Internazionale di alto contenuto tecnico-agonistico. La manifestazione ha visto la partecipazione di circa 450 atleti, provenienti da molte regioni italiane. L'organizzazione impeccabile del Maestro Pietro Antonacci e dello Staff dell'Associazione Sportiva C.S.K.S. Club Lanciano è arrivata con successo alla quarta edizione e si è svolta con l'intera giornata di sabato dedicata al Kumite e domenica mattina al Kata.

Lusinghieri i risultati conseguiti dalle Società abruzzesi e dagli Atleti della Società organizzatrice. Spettacolari esibizioni di Ballo e di Sound Karate hanno letteralmente mandato in visibilio il numeroso pubblico presente sugli spalti del Palazzetto. Inoltre Domenica pomeriggio si è svolta la manifestazione dimostrativa riservata ai piccoli praticanti di Karate, anche in questa occasione le presenze non sono mancate.

Il Memorial dedicato a Walter, un ragazzo venuto a mancare tragicamente all'età di 18 anni in un incidente stradale, era appassionato di karate e come tutti i ragazzi di quell'età amante della vita, in comune accordo con i genitori i Dirigenti del CSKS Club Lanciano, hanno deciso di ricordarlo ogni anno con un'importante manifestazione di Karate.

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

Budo Day a Napoli

di Giuseppe Gendolavigna e Staff Sportivart



Si è da poco concluso l'evento "Budo Day", stage interdisciplinare di Judo, Jujitsu e Karate, organizzato dall'ASD SportivArt di Caserta con il patrocinio del Comitato Regionale FIJKAM Campania. Nella ormai storica sede delle Arti Marziali campane del Palavesuvio di via Argine a Napoli si sono dati appuntamento oltre 200 partecipanti tra giovani praticanti e rispettivi Maestri, adulti ed amatori provenienti da tutta la regione Campania e dalla Basilicata, di circa 20 società sportive di Judo, Ju Jitsu, Karate e Aikido.

Docenti dello stage tre grandi Maestri di livello Nazionale appartenenti alla commissione tecnica SportivArt: Gennaro Muscariello, Maestro 6° dan di Judo, ideatore del "Judo educativo" riconosciuto dalla facoltà di Scienze Motorie dell'Università di Napoli - Parthenope; Domenico Maurino, Maestro 6° dan di Karate, docente Nazionale di stile per la FIJKAM; Mario Dell'Aquila, Maestro 6° dan di Jujitsu, fiduciario Regionale Campano del Ju Jitsu ed MGA (Metodo Globale Autodifesa) - FIJKAM.



Aldo Nasti premia Lucio Maurino

Docenti e Staff



In rappresentanza della FIJKAM, la gradita presenza del Presidente Regionale Aldo Nasti che ha voluto premiare a nome di tutti gli associati il pluricampione di Karate Lucio Maurino, e del Vice-Presidente Karate Nicola Mirabella, che hanno voluto testimoniare, con la loro partecipazione, la vicinanza della Federazione ad eventi tesi alla valorizzazione ed alla promozione della discipline federali, in un clima di grande condivisione e scambio culturale, con standard qualitativi molto alti, come sempre garantiti dall'organizzazione SportivArt. Sul tatami si sono alternati i tre docenti della Commissione Sportivart che hanno disegnato un interessante percorso didattico che ha entusiasmato tutti i praticanti, di età compresa tra i "5 e i 105 anni", ed il folto pubblico di familiari accorso al Palavesuvio che, con grande interesse, ha seguito parimenti ai partecipanti tutte le fasi degli allenamenti.

Durante il lungo pomeriggio di "Budo Day", iniziato alle ore 16.00 e conclusosi alle ore 19.30, alla presentazione ufficiale sono seguiti commenti molto positivi da parte degli ospiti FIJKAM, del direttore generale SportivArt Francesco Baldassarre e del direttore

tecnico-didattico, il pluricampione del Mondo e d'Europa Lucio MAURINO, di recente ritorno dagli Europei di Zurigo dove ha conquistato il suo ottavo titolo a Squadre nella specialità kata.

Dalle parole di Baldassarre è emersa la volontà di SportivArt di inaugurare con "Budo Day" un nuovo progetto teso alla condivisione ed allo scambio culturale tra le diverse discipline marziali, con appuntamenti trimestrali a partire già dal secondo semestre 2011. "Un'occasione unica - ha detto Baldassarre - dove le antiche arti marziali giapponesi come Judo, Jujitsu e Karate vengono proposte in maniera sinergica dando vita ad un programma di lavoro entusiasmante ed interessante. Colpi di pugno e calcio, proiezioni, cadute, leve ed immobilizzazioni sono solo alcuni dei temi che sono stati trattati e che verranno approfonditi nei prossimi incontri". E parlando

di prossimi appuntamenti non possiamo non segnalare a fine Settembre a Napoli il Congresso Internazionale Medico-Scientifico con riconoscimento di crediti ECM per le professioni sanitarie. Coordinatore Prof. Michele Marzullo, Area Scienza e Ricerca Sportivart. A Dicembre "Budo Night": una fantastica serata alla scoperta delle Arti Marziali con tante sorprese e tanti campioni.

Domenico Maurino una certezza per lo shotokan italiano



Al via il weekend di judo "Carpe diem"

di Andrea Sozzi

COLAZZA (Novara) - Buon esordio per il Weekend di judo nato all'insegna del motto "Carpe diem". Un appuntamento judoistico per tutti, giovanissimi, agonisti e tecnici, ideato dall'Asd Judo Invorio, e ambientato nello splendido scenario delle colline sopra il Lago Maggiore. Circa 150 i partecipanti che anno colto l'attimo, e si sono cimentanti sui 600 mq di tatami nella del palazzetto del ghiaccio di Colazza. Judo e amicizia, queste le parole chiave dell'iniziativa, che ha visto la favorevole accoglienza delle autorità locali.

In cattedra Laura di Toma e Laura Zimbaro, ex atlete nazionali tra le più tecniche del panorama italiano.

La Di Toma, forte della sua esperienza come tecnico della nazionale giovanile, ha fornito indicazioni sul trend agonistico internazionale, con particolare riferimento alle variazioni tattiche e tecniche imposte dal nuovo regolamento internazionale.

Laura Zimbaro, dal canto suo, ha portato sul tatami molto della sua personale esperienza judoistica internazionale. Lo stage, naturalmente suddiviso tra giovanissimi e classi agonistiche, è stato arricchito dalla presenza di Margherita De Cal, tecnico del CUS Venezia, indimenticata Campionessa mondiale nel 1980, docente in scienze motorie, che ha illustrato ai tecnici il suo innovativo metodo di insegnamento.

Tra un tatami e l'altro, ampi spazi ed attrezzature messe a disposizione dello svago e del tempo libero, con tornei estemporanei di calcetto, volley ed altro, tutti premiati simpaticamente in serata dai sindaci di Colazza e di Invorio, nell'ordine Ileana Sbalzarini Dario Piola. Clima favorevole, dunque, ad una pronta replica nel prossimo anno, che si svolgerà sempre nel motto dell'oraziano carpe diem.



Laura Di Toma durante lo stage per giovanissimi



Il gruppo dei partecipanti



Laura Zimbaro in azione

...il **Maestro** ha deciso che questo è il **JUDO GI**
della mia **PRIMAVERA** della **VITA (SEISHUN)**!

青春

SEISHUN



VITTORIA del risparmio!
Un prezzo da
IPPON !!!

Judogi giovanili per debuttanti

Prezzo FISSO per tutte le misure dalla 000° alla 2°!

Set completo: giacca, pantalone e cintura

青春

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



MGA: equilibrio psicofisico ed autocontrollo nella formazione professionale della Guardia Costiera

di Massimo Ridolfo

In data 17 giugno 2011 si è conclusa la 4^a edizione dei corsi di difesa personale in favore dei militari appartenenti ai Comandi delle Capitanerie di Porto di Catania, Messina, Siracusa, Augusta, Riposto, della Base Aeromobile Guardia Costiera di Catania e 2° Nucleo Aereo G.C., dipendenti dalla Direzione Marittima della Sicilia Orientale.

Nell'ambito dei corsi teorico-pratici secondo il metodo globale di autodifesa (MGA) FIJLKAM svolti dalla Guardia Costiera, il Direttore Marittimo di Catania l'Ammiraglio Domenico De Michele promuove la partecipazione di aliquote di personale in rappresentanza delle altre forze

dell'ordine ricadenti nella provincia, nel costante perseguimento della sinergia con le altre componenti dello Stato impegnate intensamente nell'attività operativa. In particolare in quest'ultima edizione ha accolto favorevolmente le richieste del Comando Provinciale della Guardia di Finanza, Legione Carabinieri "Sicilia" Comando Provinciale, Polizia Municipale del Comune di Belpasso, NOP Sicilia Orientale, oltre al personale dipendente dalla limitrofa Autorità Marittima della Navigazione dello Stretto di Messina.

I frequentatori del 4° corso di MGA/GC si sono esibiti in una splendida dimostrazione delle tecniche di difesa ed operative acquisite durante l'addestramento nel Centro Interregionale Sicilia Lotta Olimpica della FIJLKAM di Catania, struttura che ha ospitato tutte le precedenti edizioni, riscuotendo l'apprezzamento delle massime Autorità cittadine intervenute: Dott. Giuseppe Gennarino – Capo Gabinetto Provincia Regionale di Catania, Dr. Alfio Papale – Sindaco del Comune di Belpasso, Assessore allo Sport del Comune di Catania Ottavio Vaccaro, Vice Questore Dr. Corrado Fatuzzo, Dr. Marco Mezzofiore, Vice Comandante X Reparto Mobile Polizia di Stato di Catania, Comm. Sup. Luca Ferlito – Comandante NOP della Forestale di Catania, Cap. Orazio Sanfilippo del Comando Pro-



Colpo d'occhio sui corsisti



Dopo la teoria la pratica

vinciale Guardia di Finanza di Catania, Sottotenente Giuseppe Fiore Comandante della Tenenza di Misterbianco del Comando Provinciale Carabinieri di e dei Comandanti degli enti coinvolti dipendenti dalla Direzione Marittima: Capitani di Vascello Patrizio Zumbo, Gaetano Martinez, Francesco Frisone, Luca Sancilio, Capitani di Fregata Giuseppe Sarchese e Rosario Marchese dell'A.M.S. di Messina.

Questa attività nata nel 2009 dalla stipula di apposita convenzione tra il Corpo delle Capitanerie di Porto e la FIJLKAM, nell'ambito delle rispettive finalità istituzionali e di addestramento professionale, è fortemente valorizzata a livello regionale dalla massima Autorità Marittima della Sicilia Orientale l'Ammiraglio De Michele.

I corsi organizzati dalla Direzione Marittima di Catania sono diretti dal Capitano di Fregata Massimo Ridolfo, in collaborazione con il Capo 1a Cl. Giuseppe Sabato, istruttori di difesa personale abilitati all'insegnamento secondo l'MGA nell'ambito della guardia costiera ed insegnanti tecnici federali rispettivamente settore karate e ju-jitsu, ed abilitati all'MGA della FIJLKAM.

I programmi dei corsi prevedono una fase teorica riguardante le tematiche giuridiche e comportamentali applicabili all'autodifesa, componenti formative indispensabili per le finalità che si prefiggono questi corsi di difesa personale, argomenti trattati durante apposite conferenze a cura di "relatori esperti" ed illustrate nella sede della Capitanerie di Porto di Catania dal Procuratore Capo della Repubblica - Tribunale di Nicosia Dr. Fabio Scavone e dalla psicologa Pamela Cantarella.

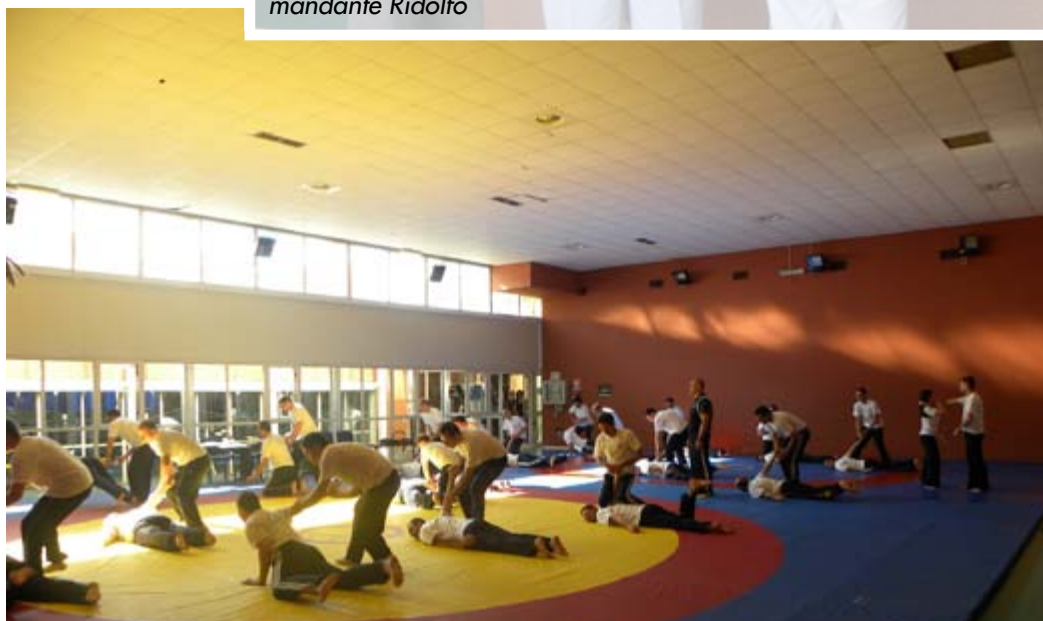
L'obiettivo dei corsi di MGA nell'ambito della Direzione Marittima di Catania continua

ad essere quello di sviluppare e diffondere l'addestramento all'autodifesa secondo il metodo federale, in favore di tutto il personale dipendente della Guardia Costiera, senza trascurare i complessi fattori comportamentali nel rispetto delle normative in vigore, infondendo ai militari il giusto equilibrio psicofisico volto principalmente all'autocontrollo durante lo svolgimento delle attività istituzionali.

A conferma delle eccellenti qualità della formazione svolto in questo settore dalla guardia costiera di Catania in favore dei propri militari, durante lo svolgimento del corso è intervenuto ad una delle sedute di addestramento pratico il M° Vincenzo Failla componente della Commissione Tecnica Nazionale per l'Autodifesa MGA-FIJLKAM, che con grande maestria ha arricchito ed impreziosito di contenuti tecnici l'addestramento dei praticanti della guardia costiera.



Giancarlo Bagnulo con l'Ammiraglio De Michele ed il Comandante Ridolfo



Gli allievi in addestramento

Agli esami finali è intervenuto il Presidente della Commissione Nazionale MGA FIJKAM M° Giancarlo Bagnulo, il Presidente Comitato Regionale Sicilia - FIJKAM Salvatore Pirrotta ed il Delegato Provinciale M° Salvatore Campanella. La Direzione Marittima della Sicilia Orientale in circa un anno e mezzo ha già svolto undici corsi di MGA e tre dei previsti richiami periodici, per un complessivo di 262 unità addestrate.



L'istruttore Capo Sabato in azione



L'istruttore Comandante Ridolfo durante una spiegazione tecnica



I primi 40 anni dell'ASV St. Lorenzen

di Alessandro Visintini

40 anni rappresentano la piena maturità per un essere umano ed un traguardo di notevole importanza per una società sportiva e vanno degnamente festeggiati sia punto di vista sociale che da quello sportivo. Questa regola è stata perfettamente applicata con il recente trofeo "40 anni di Judo a S. Lorenzo" organizzato da Karlheinz Pallua, vice presidente di settore dell'Alto Adige e da ben 33 anni anima ed organizzatore del sodalizio, assieme ai suoi collaboratori per festeggiare una ricorrenza che non è stata puramente temporale e di maniera ma che ha unito la più importante competizione locale con risultati tecnici di assoluto rilievo e con grandi festeggiamenti. Quanto ai risultati tecnici più recenti va citata la sedicenne Marion Huber, campionessa italiana già nel 2010 e recentemente ripetutasi nel 2011 nella classe cadetti -40 Kg, che nelle ultime settimane ha conquistato ben tre medaglie di bronzo di seguito in altrettante gare della Coppa Europa Cadetti. Dietro di lei però non c'è il vuoto in quanto la società dispone di una fortissima squadra femminile allenata da Kurt Steurer, sempre ai vertici

dei più importanti tornei nazionali ed internazionali a cui partecipa ed un gruppo maschile agguerrito allenato da Emil Schifferegger, altrettanto presente e vincente. La storia della società ricorda dell'ospitalità prestata più volte negli anni '70 agli allenamenti delle Nazionali con i Maestri Nicola Tempesta e Bruno Carmeni, ed a gare di livello nazionale. Era quello il periodo in cui i suoi atleti si facevano notare a livello italiano: Herbert Pramstaller vince il titolo italiano Senior nel



Karlheinz Pallua



La festeggiante selezione del Veneto

1974 ed il secondo in Coppa Italia. Nel 1975 secondo agli Assoluti e terzo ai mondiali militari, nel 1976 secondo ai mondiali militari e nel 1978 e 1979 primo agli Assoluti, regalando il quarto posto italiano alla società. Pallua e Schifferegger nel frattempo conquistano, fra gli altri, un argento in Coppa Italia. Nella seconda generazione spiccano i nomi di Christoph Gasser (3° Coppa Italia '82), Diego Gatta (3° Coppa Italia '85 e 1° '86), Christa Crazzolara e Günther Grossgasteiger (vicecampioni italiani Juniores), Ursula Heidenberger (bronzo agli Italiani Juniores ed in Coppa 1992 e argento in coppa 1993) e Lukas Tinkhauser, terzo in Coppa Italia A2 nel 1998. Ora siamo alla terza generazione che vede atlete come Maria Messner vicecampionessa Italiana 2007, Katya Fülner (bronzo 2008), Karin Huber (bronzo 2009) e Marion Huber, Campionessa Italiana U15 nel 2010 e U17 nel 2011 nonché vincitrice di tre recenti medaglie di bronzo in Coppa Europa Cadetti e convocata per i Campionati Europei e Mondiali di categoria. Grazie a queste recenti prestazioni la società si trova oramai stabilmente nelle zone alte della classifica federale per società, essendosi classificata 44.a nel 2009 e 64.a nel 2010. Anche l'allenatrice della Nazionale Italiana Cadetti, Laura Di Toma, era presente ed ha ricordato la sua partecipazione agli allenamenti che hanno preceduto i suoi successi internazionali. Naturalmente non sono mancati i discorsi dei rappresentanti delle Istituzioni locali ed anche il Presidente del Comitato FIJKAM dell'Alto Adige, Vincenzo Stacchetti ha rivolto a Pallua un saluto ufficiale ed un ringraziamento.



La premiazione dei bambini



La premiazione delle squadre

mento a nome della Federazione.

Il giubileo era poi incentrato sul "Trofeo FI-JLKAM", che ogni anno raccoglie il miglior panorama giovanile del nord-est italiano e del vicino Tirolo austriaco. Quest'anno hanno partecipato 20 società con 300 atleti provenienti dalla regione Trentino Alto Adige, dal Veneto, che ha portato una sua Rappresentativa guidata dal M° Vascellari e con al seguito gli arbitri Casellato, Antiga e Pigato Crema, nonché dal Tirolo e dalla Baviera. Lo squadrone di casa, con 50 atleti ha reso ancora più solenne il festeggiamento aggiu-



La squadra femminile

dicandosi alla grande il trofeo finale grazie a 16 medaglie d'oro, 15 d'argento e 10 di bronzo. Al secondo posto, con 46 atleti presenti si è piazzata la società "A.C.R.A.S. i Castori" di Bolzano con 11 ori, 10 argenti e 12 bronzi ed al terzo posto con 23 atleti la "A.S.D. Dojo M° Benemerito Dario Tarabelli" di Trento, che ha totalizzato 9 ori, 4 argenti e 2 bronzi.

Hanno vinto l'oro per la squadra di casa David Knoll, Philipp Piffrader, Lena Nöckler e Philipp Josef Oberhammer nei Bambini. Bruno Marchetti, Marlis Obergasteiger e Hannes Widmann nei Fanciulli. Julia Thomaser nei Ragazzi. Elisabeth Kolhaupt negli Esordienti A. Andrea Huber e Ulrike Gatterer negli Esordienti B. Christoph Stampfl, Marion Huber, Karin Huber, Miriam Bachmann e Maria Messner nei Cadetti. La Squadra maschile ha vinto poi la gara a squadre mentre la squadra femminile si è dovuta accontentare dell'argento.

Gli Insegnanti Tecnici si aggiornano nel Lazio

di Giuseppe Della Lama

Sabato 4 e Domenica 5 Giugno, si è svolto a San Martino nel Cimino (VT) il Corso di

Aggiornamento per Tecnici e Ufficiali di Gara, organizzato dal Comitato Regionale Lazio Settore Karate. Per il terzo anno consecutivo l'evento si è tenuto fuori dalla provincia di Roma a conferma della volontà del Comitato Regionale di avvicinarsi alle realtà delle altre Provincie e dare un segno concreto della sua presenza.

Per la seconda volta in tre anni il "Balletti Park Hotel", splendida struttura immersa nel verde del Lago di Vico, ha ospitato l'annuale raduno con 190 partecipanti tra Ufficiali di Gara e Tecnici e dove le 12 ore (obbligatorie) di corso, sono trascorse in un clima rilassato e confortevole.

Novità sull'arbitraggio (relatore: Arbitro Mondiale Venerando Olivelli, affiancato dal M.º Lentini, Commissario regionale degli Ufficiali di Gara), nozioni di preparazione atletica (relatore: dott. Massimo Montecchiani) e carte federali (relatore la Responsabile Affiliazioni e Tesseramento: Cristina Pietrantonio), sono stati i temi trattati in aula.

I corsi pratici, tenuti in un ampio locale di fronte l'albergo messo a disposizione dal Comune (circa 150 mq di tatami), si sono incentrati sul kumite con M.º Stefano Travaglini e sul kata sportivo M.º Maurizio Amato coadiuvato dal Tecnico Daniela Berrettoni, responsabile della squadra giovanile della rappresentativa regionale di kata, Campione d'Italia in carica. Daniela in veste di coach e instancabile accompagnatrice, ha affiancato il gruppo di atleti del C.S. Esercito e del G.S. Fiamme Oro negli USA, partecipando al consueto appuntamento degli OPEN che ogni anno si tiene nella splendida città di Las Vegas. La nostra compagine regionale, ha ottenuto al termine della manifestazione ottimi risultati con 3 medaglie d'oro, 3 d'argento e 3 di bronzo, sempre nel kata.

Con grande soddisfazione da parte di tutto lo staff, abbiamo accolto i nostri Campioncini al rientro dalla brillante trasferta.

All'apertura dei lavori di questo 3º corso di aggiornamento, si è evidenziata l'estrema importanza della fattiva collaborazione da parte di tutti i vari responsabili. La crescita e lo sviluppo del nostro Comitato, infatti, sia per la parte tecnica sia per la parte organizzativa, deve diventare impegno e responsabilità di ognuno di noi al fine della realizzazione di un progetto che sta portando e porterà sempre più il Comitato Regionale Lazio ad essere punto di riferimento per la nostra Federazione.

I suggerimenti, le critiche e le esperienze dei nostri tecnici devono diventare punti cardine e fondamentali per la costruzione dell'eccellenza del karate nella nostra Regione e in ambito nazionale.

Si pone poi l'accento e l'invito alla pluralità dei tecnici, sulla costante e periodica visione di quanto viene comunicato sul nostro sito web che diventa di estrema importanza come mezzo di comunicazione immediato, un contatto sempre disponibile, in cui ogni suggerimento e informazione diventa promotore di miglioramento per tutti.

Ospite d'eccezione il Presidente Nazionale di Settore, Prof. Giuseppe Pellicone, che ci ha onorato con la sua gradita presenza e cordiale disponibilità. Presente anche l'Assessore allo Sport





del Comune di Viterbo, Sig. Enrico Maria Contardo, che ha ringraziato il Comitato Regionale per la scelta della sede dell'evento e ha comunicato i saluti e l'auspicio del Sindaco di vedere sempre più spesso manifestazioni di Karate in questa provincia. Scegliere il territorio della Provincia di Viterbo in questo periodo, inoltre, ha significato segnalare all'Amministrazione Comunale sia la gratitudine per la disponibilità nell'accogliere i partecipanti, che l'interesse di farne il fulcro delle manifestazioni in programma l'anno prossimo, come città assegnataria da parte della Comunità Europea del titolo di "Città dello Sport".

Al di là del programma puramente tecnico, desideriamo tuttavia che il corso di aggiornamento obbligatorio per insegnanti tecnici nel Lazio, a partire dal prossimo anno, diventi forum di esperienze nel quale il contributo di quanti amano e praticano la nostra disciplina, porti valore aggiunto per una crescita costante nel tempo per quanti si dedicano con passione e sacrificio



allo sviluppo dei giovani atleti. Ringraziamo quindi tutti partecipanti con il desiderio di un sempre maggiore coinvolgimento e di una collaborativa e indispensabile presenza .

11° Corso Aspirante Allenatore di Judo: le impressioni di un allievo

di Nicola Signorile



Il 29 maggio 2011 si è concluso l'11° Corso Aspirante Allenatore di Judo, di cui io mi pregio aver partecipato. In qualunque settore professionale, quando si predispone una attività sia essa complessa o di semplice esecuzione, inevitabilmente si considerano quattro fasi: 1a di preparazione e studio; 2a di illustrazione ed assegnazione compiti (briefing); 3a di *svolgimento*; 4a di *verifica e valutazione* sulla corretta, o meno, realizzazione (debriefing). Fatta questa piccolissima premessa, vorrei soffermarmi solo sulla fase dello "svolgimento", avendola vissuta personalmente, nella speranza che possa essere utile ai fini della "verifica e valutazione" che sicuramente sarà fatta dal Comitato Regionale.

L'obiettivo del corso era quello di dare, ai 28 partecipanti, le giuste nozioni di base per poter iniziare l'insegnamento della *Disciplina del Judo*. Secondo il mio modesto parere, sono convinto che l'11° Corso Aspiranti Allenatori ha dato molto di più degli elementi fondamentali per l'insegnamento! Questa mia affermazione nasce dal fatto che tutti i



Il gruppo dei corsisti

partecipanti, già cinture nere 1°, 2° e 3° Dan, hanno avuto la possibilità di apprendere, con facilità, moltissime nozioni sulla storia e tradizione del Judo, che spesso sono aspetti trascurati nei nostri *Dojo* per uno sfrenato attaccamento al solo agonismo puro, che si concretizza nella limitata conoscenza di tecniche utili per un ipotetico *Ippon!* Ecco quindi che, grazie agli insegnamenti del Maestro Benemerito Antonio Ferrante, si è potuto mettere a fuoco l'essenza del Judo non solo come disciplina sportiva ma soprattutto come stile di vita da trasmettere alle nuove generazioni di atleti. Il Maestro Ferrante, più degli altri, considerando il ruolo che dovrà ricoprire il neo Aspirante Allenatore, si è soffermato sulla spiegazione meticolosa dei principali gesti tecnici da trasmettere ai giovani Judoka, partendo dal saluto (Rei), passando per le cadute (Ukemi) sino alla spiegazione della singola tecnica, consapevole che solo acquisendo il corretto gesto tecnico che si può, successivamente, arrivare a studiare il proprio "*Tokui-waza*".

Interessanti sono state le lezioni tenute dal Maestro Guerrino De Patre sulle regole arbitrali e comportamentali, nonché le preziose informazioni fornite dal Professor Andrea Lino sul regolamento Antidoping e sugli elementi di traumatologia e pronto soccorso.

Poiché nei nostri *Dojo* insistono anche atleti già esperti, di grande interesse sono state le lezioni di Judo improntate allo *Shiai* tenute dai Maestri Paduano



e Giungi, che si sono soffermati sugli aspetti puramente agonistici sia relativi all'esecuzione delle tecniche sia sulla preparazione atletica.

La partecipazione al corso ha dato, inoltre, la possibilità di rivedere vecchi amici e stringere nuove amicizie. In una Società ormai improntata sui *Social Network*, è di fondamentale importanza *conoscersi e comunicare* all'interno di una organizzazione come la nostra, affinché si possano condividere esperienze, progetti, conoscenze al fine di poter contribuire per portare ai più alti livelli lo sport italiano.

Ciò che resta... molti spunti di riflessione, soprattutto sul fondamentale ruolo di "educatori", visto che nei nostri Dojo transitano numerosi giovanissimi atleti che saranno il futuro di questa società e, tra loro, anche futuri campioni!

In ultimo, non certo per minor importanza, devo ringraziare il Presidente del Comitato Regionale Lazio Raffaele Coppola ed il Vice Presidente Settore Judo Maestro Benemerito Gennaro Maccaro, perché con la loro instancabile dedizione, scandita dalla costante presenza, hanno dato maggior lustro al nostro corso fornendo, nel contempo, un esempio di grande professionalità.



Il momento del saluto

Intervista ad Haruki Uemura Il Kodokan in Europa

di Gianfranco Borghesu
a cura di Enzo De Denaro



L'avvenimento è di eccezionale riso-
nanza: il Kodokan sbarca in Europa e
più precisamente a Zagabria, capitale
della Croazia. Dal 2 al 7 aprile è stata
teatro della prima edizione del corso di
kata con rilascio delle qualifiche. A que-
sto riguardo ci sia consentito rivolgere
un ringraziamento a Franco Capelletti,
vice presidente della commissione edu-
cativa EJU e promotore dell'iniziativa
che ha portato a Zagabria lo stato mag-
giore dell'accademia di Tokio presiedu-
ta da Haruki Uemura, che è anche l'at-
tuale presidente della federazione judo
giapponese, accompagnato da Saburo
Matsushita (9° dan), Tadashi Sato, Mi-
chio Fukushima, Shiro Fujita (8° dan),
Motonari Sameshima, Yoshihisa Doba,
Nakoi Murata (7° dan), Mikihiro Kumai,



Kenichi Soshida
(6° dan). Il pro-
gramma del se-
minario ha svolto
nelle prime due
giornate Nage no
kata e Katame no
kata, nella ses-
sione successiva
Kime no kata e
Ju no kata, per
concludere con
Kodokan goshin
jitsu e Koshiki no
kata, alla presenza
di 500 specialisti
provenienti dalla
maggior parte dei
paesi europei.



Abbiamo avvicina-
to l'uomo sim-
bolo del Kodokan,

il Presidente Haruki Uemura, che ha accettato di rispondere con particolare disponibilità alle nostre domande. Presidente Uemura, il Kodokan esce per la prima volta dal Giappone per incontrare i suoi estimatori in Europa. Quale è il significato di questo incontro?

"Il judo non conosce confini, né prevaricazione alcuna, ragion per cui il piacere è particolare da parte mia e del mio staff essere presenti a questo seminario".



Quale è l'impressione che ne ha tratto relativamente al livello tecnico degli stagisti?

"Il livello è ottimo: vedo che il Kata, che in Giappone riveste grande importanza, è molto considerato anche qui in Europa e da quanto ho avuto modo di vedere assieme ai miei collaboratori, di buona qualità".

Il Giappone è la nazione guida per il judo mondiale, quale messaggio trasmette con i suoi formidabili atleti in prospettiva dei prossimi appuntamenti agonistici ed in particolare in vista dei Giochi Olimpici di Londra 2012?

"I nostri rappresentanti, come di consueto, produrranno il massimo impegno e dimostreranno il loro valore come hanno sempre fatto. Il judo in Giappone è sport di primaria importanza e quindi gli obiettivi che ci si pone sono adeguati all'impegno profuso. Judo è rispetto e noi rispettiamo i nostri avversari pur rimanendo consapevoli del nostro potenziale".

Quali sono le nazioni, in particolare europee, che temete maggiormente?

"Il judo è amicizia, ragion per cui sinceramente non temiamo nessuno in particolare, pur rispettando i valori in campo. Si temono i nemici e noi di nemici non ne abbiamo".

Quale messaggio rivolge ai partecipanti di questo stage?

"Continuare a praticare il judo sempre con entusiasmo e passione privilegiando lo spirito che questo sport veicola e da sempre ha animato chi lo pratica.

Tengo a precisare che il judo è competizione, ma anche confronto, due atleti che combattono, esprimendo il meglio di sé stessi, alla fine si stringono sempre la mano, come si conviene fra uomini di sport. Un aspetto questo, importante ed educativo".

Mr. Uemura, francamente mi aspet-

tavo di incontrarla vestito con abbigliamento ufficiale, in completo blu scuro e cravatta ed invece la trovo con il judogi bianco e la cintura nera...

"Ma è questo il mio abbigliamento ufficiale. D'altra parte siamo in una palestra dove si pratica judo e di conseguenza il judogi è di rigore in queste circostanze".

Per quanto riguarda i suoi impegni futuri, possiamo strapparle una promessa di venire a farci visita in Italia?



"Naturalmente ci verrò con estremo piacere, anche perché ho parecchi amici nel vostro paese che, non le nascondo, mi piace molto".

Si ringrazia l'ufficio stampa del seminario Kodokan per la disponibilità concessa da Zelika Maranic, il Maestro Sugiyama per il prezioso lavoro di interprete e la signora Andreina Grillo per la consulenza.





FIJLKAM
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 FIJLKAM.

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 FIJLKAM 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 FIJLKAM.

Le società affiliate alla FIJLKAM 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



O uchi gari

Scheda Tecnica "B"
di Pio Gaddi 8° Dan



O uchi gari, di Addamiani e Gaddi
dal libro "JUDO - Attacco e difesa" (1963)

O Uchi Gari

di Pio Gaddi

Scheda Tecnica "B"

Cenni generali

O uchi gari (letteralmente : grande (o) falciata (gari) interna (uchi), Figura B1, è classificata come:
una tecnica di proiezione , Nage waza,
del gruppo tecniche eseguite in piedi, Tachi waza,
del sottogruppo tecniche con uso prevalente delle gambe, Ashi waza,
con squilibrio e direzione di proiezione indietro a sinistra di Uke, Figura B2.



Figura B1 – *O uchi gari*

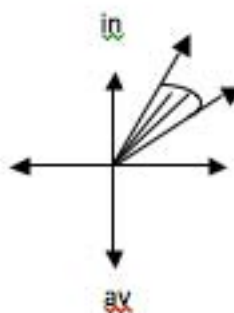


Figura B2 – Direzione di squilibrio

Tsukuri - Preparazione (con presa a dx)

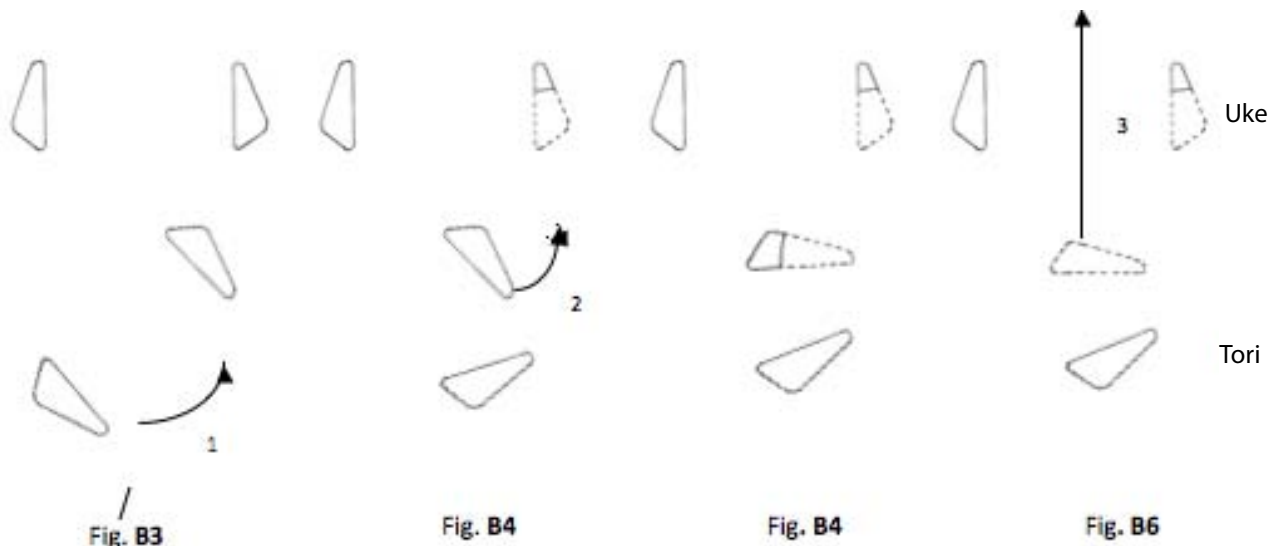
1 - Per l'esercizio di base, *Tori* (colui che esegue) si trova di fronte a *Uke* (colui che subisce) in posizione naturale dx, prese normali a dx (mano dx al bavero e mano sn alla manica sul gomito), mentre *Uke* è in posizione naturale con presa dx, con i piedi alla stessa altezza, ma leggermente distanziati (talloni a 35/40 cm.), **Figura B3**.

2 - *Tori* inizia l'azione portando il piede sn dietro il proprio piede dx (a circa 10 cm.), e, quando prende appoggio a terra con il piede sn, **Figura B4**, contemporaneamente effettua una rotazione del corpo dal basso verso l'alto (dai piedi → al bacino → alle spalle) per cui con la mano dx spinge *Uke* indietro sn e in basso, mentre con la mano sn tira *Uke* in avanti e in basso (mai nessuna mano verso l'alto), provocando una torsione del busto di *Uke* che lo porta ad appoggiarsi a terra con tutto il piede dx e con il tallone del piede sn, **Figura B5**.

3 - *Tori*, si sposta quindi in avanti con tutto il corpo, lanciando la gamba dx in mezzo alle gambe di *Uke*, seguito in un unico movimento dal bacino e dalle mani nella posizione in cui si trovano, sbilanciando così *Uke* verso l'indietro, perché bloccato sui piedi dalle mani di *Tori* che spingono verso il basso, **Figura B6**.

4 - Le probabilità di riuscita in *O uchi gari* diminuiscono drasticamente con un avversario con i piedi abbastanza vicini (per la facilità di *Uke* di passare il suo peso da un piede all'altro) o quando le mani di *Tori* spingono o tirano orizzontali, o verso l'alto.





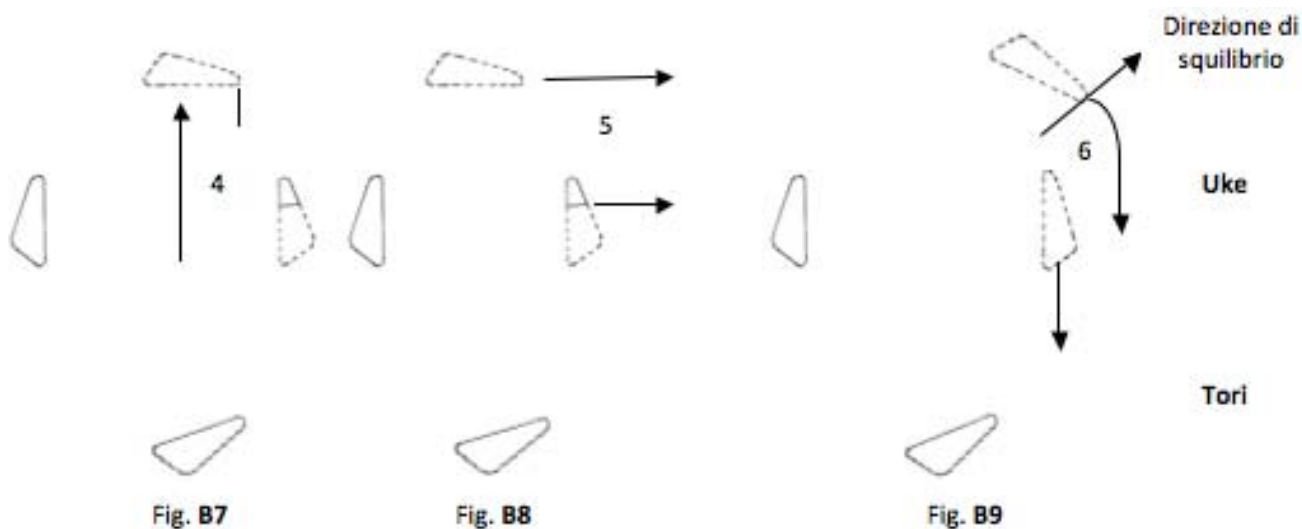
Kake – Fase finale (con presa a dx)

1 – *Tori*, dopo aver lanciato la gamba dx fra le gambe di *Uke*, accompagnata dal movimento del proprio corpo in avanti, **Figura B7**, mantiene le braccia solidali con il busto e premendo con le mani verso il basso, *Tori* cambia direzione alla sua gamba dx per falciare la gamba sn di *Uke*, polpaccio contro polpaccio, come per allargarla verso l'esterno (il lato sn di *Uke*), **Figura B8**.

2 - Una volta scalzata dal suolo la gamba sn di *Uke*, con un movimento circolare simile ad una falciata, *Tori* continua il movimento della propria gamba dx verso il proprio indietro, **Figura B9**, mentre il busto di *Tori* continua ad avanzare verso l'indietro sn di *Uke*.

3 – Mancando l'appoggio della gamba sn, *Uke*, per la spinta di *Tori* verso l'indietro sn dove egli non ha più alcun appoggio, è costretto a cadere.

Durante tutta l'azione è importante, per mantenere il corpo di *Tori* nella direzione corretta (indietro sn di *Uke*), che *Tori* tenga la sua testa che guarda verso l'indietro sn di *Uke*.



Opportunità in combattimento e metodo di allenamento (con presa a dx)
 Le migliori opportunità per *Tori* si hanno quando *Uke* si sposta lateralmente alla sua sn.
 O quando *Uke* è costretto ad avanzare con un gran passo con la gamba sn,



ottenuto con un *Tai sabaki* (rotazione del corpo) di *Tori* che lo obbliga a fare quel passo.

Quando *Tori* raggiunge un buon coordinamento, fluido ed efficace nell'esecuzione completa di *O uchi gari* nella posizione base, si può dividere il numero delle *Uchi komi* eseguite in allenamento in tre parti: 1/3 nella posizione di studio base, 1/3 nell'opportunità data da *Uke* mentre fa un passo laterale a sn, ed 1/3 obbligando *Uke*, che ha il piede dx avanti, a fare un lungo passo avanti con il piede sn ottenuto da *Tori* con un *Tai sabaki*. Il tutto in più serie di 10/20 ripetizioni a dx, e 10/20 ripetizioni a sn, con proiezione di *Uke* a fine di ogni serie. Nelle ripetizioni, l'esecuzione della tecnica si arresta al momento di massimo squilibrio di *Uke*, e, secondo il livello tecnico di *Tori*, si aumenta il numero di ripetizioni, e leggermente e progressivamente la resistenza di *Uke*. Nel randori *Tori* deve perfezionare e velocizzare sia l'attacco che il controllo dell'azione, sviluppando i riflessi secondo le azioni e reazioni di *Uke*.

Tecniche seguenti (con presa a dx)

Se *Uke* subisce in parte lo squilibrio indietro a dx, schivando e recuperando l'equilibrio appoggiandosi di nuovo sul piede sn, *Tori* porta il piede sn verso il suo indietro, e porta un 2° attacco, falciando dall'interno con il piede dx, quello dx di *Uke*, in *Ko uchi gari* a dx verso l'indietro dx di *Uke*, **Figura B10**.

Se *Uke* schiva l'attacco alzando la gamba attaccata da *Tori*, sbilanciandosi nella direzione opposta (il suo avanti dx), *Tori* porta indietro il piede sn e lancia la gamba dx per sbarrare la gamba dx di *Uke* e attaccare in *Tai otoshi* a dx, verso l'avanti dx di *Uke*, **Figura B11**.

Schivata e Contrattacco (con presa a dx)

Uke schiva l'attacco di *O uchi gari* da parte di *Tori*, spostando il suo peso sulla gamba dx e alzando la gamba attaccata, indietreggiando quindi di un passo per riacquistare il proprio equilibrio, **Figura B12**.

Se invece *Uke* è pronto nella reazione, porta la propria gamba sn tesa dietro le gambe di *Tori*, contrattaccandolo in *O soto gake* a dx, **Figura B13**.

Se dopo la schivata *Uke* rimane squilibrato un po' verso l'indietro, si abbassa rapidamente, tira a sé *Tori*, e lo lancia inarcandosi verso il proprio indietro con *Ura nage* **Fig. B14**.



Figura B9 - Attacco diretto di *O uchi gari* a dx



Figura B10 - Attacco di *O uchi gari* a dx/ Schivata/2° attacco di *Ko uchi gari* a dx

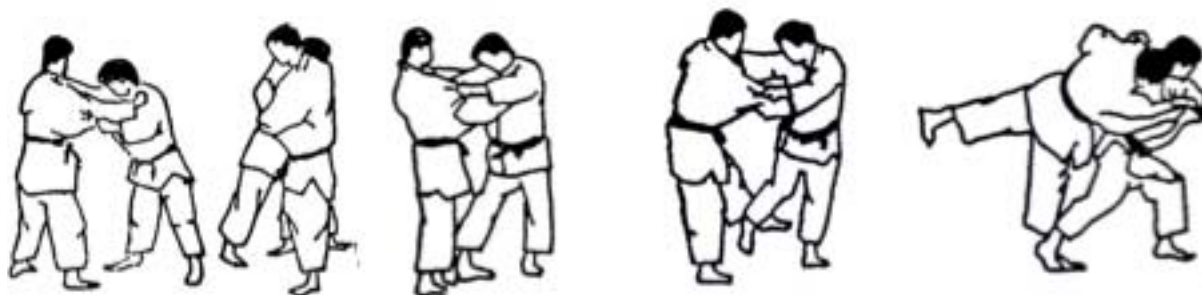


Figura B11 – Attacco di **O uchi gari** a dx/ Schivata/2° attacco di **Tai otoshi** a dx

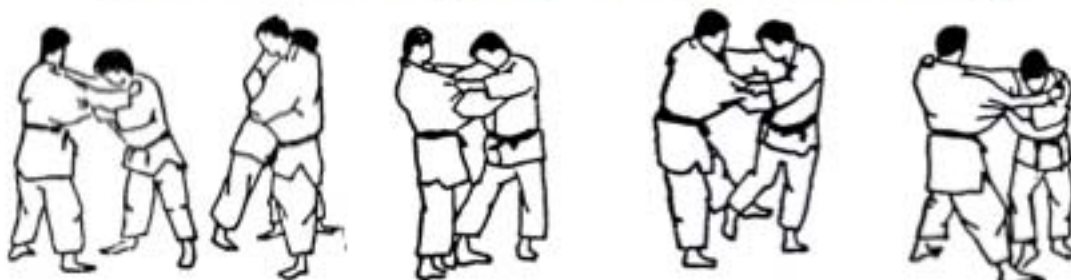


Figura B12 – Attacco di **O uchi gari** a dx/Schivata di **Uke**



Figura B13 – Attacco di **O uchi gari** a dx /
Contrattacco di **O soto gake** a dx

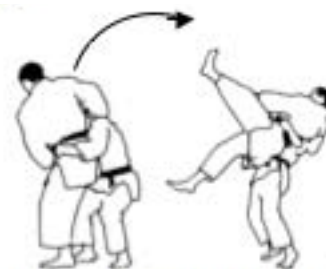


Figura B14 – Attacco di **O uchi gari** a dx/
Contrattacco di **Ura nage** a dx

N.B. - Le descrizioni grafiche delle azioni, hanno solo un valore indicativo per le azioni descritte nel testo

2011 © Tutti i diritti riservati
Pio Gaddi, Via Aurelia 444, 00165 Roma



calendario interdisciplinare 2011

GENNAIO

15/16	J	World Masters Top 16 - M/F	Baku (AZE)
23	J	Trofeo Int. Città di Taranto (Trofeo Italia)	Taranto
23	J	Trofeo di Giaveno (Grand Prix Kata)	Giaveno/TO
29	J	Trofeo Int. Alpe Adria (Grand Prix Juniores)	Lignano S./UD
29	K	24° Campionato Italiano a Rappresentative Regionali - JU/SE - M/F	Lido di Ostia/RM
29/30	L	Torneo Int. "Cristo Lutte" -SE GR	Creteil (FRA)
30	J	Trofeo Int. Alpe Adria (Grand Prix Cadetti)	Lignano S./UD
30	K	24° Campionato Italiano a Rappresentative Regionali - ES "B"/CA - M/F	Lido di Ostia/RM

FEBBRAIO

05	L	Campionato Italiano Esordienti SL	Lido di Ostia/RM
03-05	L	Torneo Int. "Dave Schultz" -SE GR	Colorado Springs (USA)
05-06	J	Grand Slam Paris - M/F	Parigi (FRA)
11-13	K	38° Campionato Europeo Cadetti Juniores M/F 1° Campionato Europeo Under 21 M/F	Novisad (SRB)
12-13	J	Campionato Italiano Cadetti - M/F	Lido di Ostia/RM
19	J	Trofeo Int. Città di Vittorio Veneto (Master)	Conegliano/TV
19	L	Campionato Italiano Assoluto GR	Catania
19-20	J	Grand Prix Dusseldorf - M/F	Dusseldorf (GER)
20	J	Trofeo Int. Città di Vittorio Veneto (Trofeo Italia)	Conegliano/TV
26	L	Campionato Italiano Assoluto SL/FEMM	Lido di Ostia/RM
26-27	J	World Cup Warsaw - M	Varsavia (POL)
26-27	J	World Cup Prague - F	Praga (CZE)
26-27	K	46° Campionato Italiano Assoluto - M (Kumite) 29° Campionato Italiano Assoluto - F (Kumite)	Bari

MARZO

04-05	L	Torneo Int. "A. Medved" - SE SL	Minsk (BLR)
04-06	L	Torneo Int. "Klippan Lady Open" - SE Femm.	Klippan (SWE)
05	J	Campionato Italiano Kata	Alghero/SS
05	J	Trofeo Giano dell'Umbria (Master)	Terni
05	L	Campionato Italiano Esordienti GR	Lido di Ostia/RM
05-06	J	European Cup Cadetti Zagreb - M/F	Zagabria (CRO)
05-06	L	Gran Premio d'Ungheria -SE GR	Szombathely (HUN)
11-13	L	Torneo Int. "P. Sirakov" - JU SL/GR/Femm.	Varna (BUL)
12-13	J	Campionato Italiano Juniores - M/F	Lignano S./UD
18-20	K	12° Open d'Italia - M/F	Sesto San Giovanni/MI
19	L	Campionato Italiano Cadetti SL/Femm.	Lido di Ostia/RM
20	J	Torneo Lanterna Master	Genova
20	J	Torneo di Reggio Emilia (Grand Prix Kata)	Reggio Emilia
26	K	26° Campionato Italiano Juniores - M/F (Kata)	Lido di Ostia/RM
27	K	45° Campionato Italiano Assoluto - M/F (Kata)	Lido di Ostia/RM
29/03 03/04	L	Campionato Europeo Seniores - SL/GR/Femm.	Dortmund (GER)

APRILE

02	J	66° Campionato Italiano Assoluto - M	Novara
03	J	45° Campionato Italiano Assoluto - F	Novara
09	L	Campionato Italiano Juniores SL	Montelepre/PA
09	L	Campionato Italiano Juniores GR	Suzzara/MN
09	J	Campionato Italiano Kata	Alghero/SS
09-10	J	1° Torneo Int. RSM - F	Pesaro/PU
09-10	JJ	Stage Nazionale - Campionato Italiano	Lido di Ostia/RM
10	J	Open d'Italia Master	Follonica/GR
16	J	Torneo Int. Città di Colombo (Grand Prix Juniores)	Genova
16-17	K	24° Torneo Int. "Bosphorus Cup" - Over 18 - M/F	Istanbul (TUR)
17	J	Torneo Int. Città di Colombo (Grand Prix Cadetti)	Genova
21-24	J	Campionato Europeo Seniores	Istanbul (TUR)
22-24	K	11° Open degli USA - M/F	Las Vegas (USA)
23-24	J	European Cup Cadetti Teplice - M/F	Teplice (CZE)

30	J	4° Torneo EJU Kata	Lignano S./UD
30/04 01/05	J	European Cup Juniores "Trofeo di Tarcento"	Lignano S./UD

MAGGIO

01	J	Trofeo Int. Villanova (Grand Prix Kata)	Lignano S./UD
06-08	L	Torneo Int. Pitesti - JU SL/GR/Femm.	Resita (ROM)
06-08	K	46° Campionato Europeo Seniores - M/F	Zurigo (SWI)
06-08	J	Grand Prix Baku M/F	Baku (AZE)
07	J	Trofeo Int. Città di Valenza	Valenza Po/AL
08	J	Trofeo Int. Città dell'Aquila (Trofeo Italia)	L'Aquila
14	L	Campionato Italiano Cadetti GR	Lido di Ostia/RM
21	L	Gran Premio Giovanissimi SL/Femm. Esordienti A e B - Ragazzi	Lido di Ostia/RM
21-22	J	Campionato Nazionale Universitario	Torino
21-22	L	Criterium Universitario SL/GR/F	Torino
21-22	K	24° Campionato Nazionale Universitario - M/F	Torino
22	J	Trofeo Int. Vallo di Diano (Trofeo Italia)	S.Pietro al Tanagro/SA
27-28	L	XVI Torneo Int. "Città di Sassari" - SE SL/GR/Femm.	Sassari
27-29	J	Grand Slam Moscow - M/F	Mosca (RUS)
28-29	J	Campionato Italiano Under 23 - M/F	Bari
28-29	K	17° Campionato Italiano Esordienti "B" - M/F (Kumite)	Lido di Ostia/RM
29	L	VI Torneo Int. "Sardinia Beach Wrestling" - M/F	Sassari

GIUGNO

03-05	L	Torneo Int. "Coupe de la Victoire" CA GR	Kusadasi (TUR)
03-05	L	Torneo Int. "Open d'Austria" CA Femm.	Gotzis (AUT)
04	L	8° Memorial "Mauro Savron" SL/Femm.	Trieste
04-05	J	Seminario EJU "Judo for Adults or Judo for Self Defence or Kata"	Pordenone
04-05	J	European Cup Juniores Leibnitz - M/F	Leibnitz (AUT)
04-05	K	9° Campionato Europeo a Rappresentative Regionali - Under 18/Over 18 - Squadre - M/F	Ankara (TUR)
10-11	L	Torneo Int. "Coupe R. Martinetti" CA SL	Martigny (SWI)
10-12	L	Campionato del Mediterraneo - SE SL/GR/Femm.	BUDVA (MNE)
11	J	Torneo Int. Città di Messina (Grand Prix Juniores)	Messina
11-12	J	World Cup Lisbon - M	Lisbona (POR)
11-12	J	World Cup Tallinn - F	Tallinn (EST)
11-12	K	26° Campionato Italiano Cadetti - M/F (Kata) 17° Campionato Italiano Esordienti "B" - M/F (Kata)	Lido di Ostia/RM
12	J	Torneo Int. Città di Messina (Grand Prix Cadetti)	Messina
13-14	J	Campionato Mondiale Kata - M/F	Francoforte sul Meno (GER)
15-18	J	Campionato Mondiale Master - M/F	Francoforte sul Meno (GER)
17-18	L	Torneo Internazionale "Azovmash Cup" Sen. GR	Mariupol (UKR)
18	J	Coppa Sicilia (Grand Prix Kata)	Lipari/ME
18-19	J	Grand Slam Rio de Janeiro - M/F	Rio de Janeiro (BRA)
18-19	K	7° Trofeo Internazionale Sardegna - M/F	Ittiri/SS
18-19	K	6° Open d'Austria - JU - M/F	Salisburgo (AUT)
21-26	L	Campionato Europeo JU SL/GR/Femm.	Zrenjanin (SRB)
25-26	J	Campionato Europeo Cadetti	Cottonera (MLT)

LUGLIO

02-03	J	Torneo Int. Città di Ventimiglia	Ventimiglia/IM
04-10	K	WKF Youth World Cup & Training Camp	Louttraki (GRE)
09-10	L	Gran Premio di Spagna -SE SL/GR/Femm.	Madrid (SPA)
14-24	J	5° Giochi Mondiali Militari - M/F	Rio de Janeiro (BRA)
16-17	J	European Cup Juniores Paks - M/F	Paks (HUN)
23	S	Campionato Italiano Assoluto e Juniores - M/F	Barcis/PD
23	S	3° Coppa Europa a Squadre 3° Trofeo "Comune di Barcis" Individuale	Barcis/PD
23-30	J	European Youth Olympic Festival	Trabzon (TUR)
26-31	L	Campionato Mondiale Juniores SL/GR/Femm.	Bucarest (ROM)



calendario interdisciplinare 2011

AGOSTO			
05/07	L	Torneo Int. "Ion Corneanu" - SE SL/GR/Femm.	Targoviste (ROU)
09-14	L	Campionato Europeo Cad. SL/GR/Femm.	Varsavia (POL)
11-14	J	Campionato Mondiale Cadetti - M/F	Kiev (UKR)
18-22	J	Universiadi	Shenzhen (CHN)
22-26	K	22° Raduno Tecnico Internazionale	Grado/GO
23-28	J	Campionato Mondiale Seniores - M/F	Parigi (FRA)
23-28	L	Campionato Mondiale Cadetti - SL/GR/Femm.	Szombathely
27-28	K	26° Open di Grado - M/F	Grado/GO
28/08 02/09	J	VII Stage Internazionale JU/CA	Lignano S./UD

SETTEMBRE			
03-04	K	20° Campionato del Mediterraneo Cadetti/Juniors - M/F 1° Campionato del Mediterraneo Under 21 - M/F	Bari
12-14	J	1° European Masters Games	Lignano S./UD
12-18	L	Campionato Mondiale Seniores - SL/GR/Femm.	Istanbul (TUR)
15-17	K	1° European Master Games - M/F	Lignano S./UD
15-18	J	Campionato Europeo Juniores - M/F	Lommel (BEL)
16-30	J	Olympic Training Camp EJU	Lido di Ostia/RM
17-18	K	WKF Premier League 6° Open di Istanbul - Over 18 - M/F	Istanbul (TUR)
24	L	Grand Prix Sicily SL (Coppa Italia)	Palermo
25	J	Torneo delle Regioni Kata - Coppa Italia Kata	Pordenone
24-25	K	10° Open di Germania - Over 18 - M/F	Aschaffenburg (GER)
24-25	K	26° Campionato Italiano Cadetti - M/F (Kumite)	Lido di Ostia/RM

OTTOBRE			
01	L	Trofeo Int. Passamani GR (Coppa Italia)	Rovereto
01-02	J	World Cup Rome - F	Lido di Ostia/RM
01-02	J	World Cup Birmingham - M	Birmingham (GBR)
09	J	Trofeo Int. Romagna (Trofeo Italia)	Lugo/RA
09	L	IV Gran Premio Int. "Bassa Bergamasca" Trofeo Emiliano Mazzitelli	Mozzanica/BG
13/16	K	7° Campionato Mondiale Cadetti/Juniors - M/F 1° Campionato Mondiale Under 21 - M/F	Melaka (MAL)
14-16	J	Grand Prix Rotterdam - M/F	Rotterdam (NED)
15-16	A	Stage Nazionale	Lido di Ostia/RM
16	L	Trofeo Int. Fucci GR (Coppa Italia)	Ravenna
22-23	J	Campionato Europeo di Kata	Praga (CZE)
22-23	JJ	Stage Nazionale -Coppa Italia	Lido di Ostia/RM
29	L	XXX Torneo Int. "Trofeo Milone" - SE GR/Femm.	Lido di Ostia /RM
29-30	J	Campionato Mondiale Open	Tumen (RUS)
29-30	J	Coppa Italia JU/SE - M/F	Fidenza/PR

NOVEMBRE			
03-06	J	Campionato Mondiale Juniores - M/F	Cape Town (RSA)
05	J	Trofeo Int. Sankaku (Master)	Bergamo
05	L	3° Trofeo delle Regioni Città di Casoria SL (Coppa Italia)	Casoria/NA
05-06	K	26° Campionato Italiano Juniores - M/F (Kumite)	Lido di Ostia/RM
06	J	Trofeo Int. Sankaku (Trofeo Italia)	Bergamo
10-13	J	Campionato Europeo Master	Leibnitz (AUT)
12-13	J	Campionato Italiano Esordienti "B" - M/F	Lido di Ostia/RM
12-13	K	WKF Premier League 6° Open d'Austria - Over 18 - M/F	Salisburgo (AUT)
13	L	Torneo Nazionale GR (Coppa Italia)	Bari
17-20	J	Campionato Europeo Under 23 - M/F	Baku (AZE)
20	J	Trofeo Int. Olimpica Bellizzi (Trofeo Italia)	Bellizzi/SA
20	K	26° Campionato Italiano Assoluto a Squadre Sociali - M/F	Lido di Ostia/RM
22-24	J	Grand Prix Abu Dhabi - M/F	Abu Dhabi (UAE)
26	L	Trofeo Città di Perugia "Etruscan Games" SL (Coppa Italia)	Perugia

DICEMBRE			
03	L	Campionato Italiano a Squadre GR e SL	Lido di Ostia/RM

03	K	22° Campionato Italiano Giovanile a Squadre Sociali - M/F	Montecatini Terme/PT
04	K	22° Gran Premio Giovanissimi - Esordienti "A" - M/F	Montecatini Terme/PT
09-11	J	Grand Slam Tokyo - M/F	Tokyo (JPN)
10	L	Gran Premio Giovanissimi GR/Femm. Esordienti A e B - Ragazzi	Lido di Ostia/RM
10-11	K	3° Open di Campania - CA/JU/Under 21/Over 18 - M/F	Monterusciello/NA
17	J	Campionato Italiano a Squadre JU/SE - M/F	Follonica
17-18	J	Grand Prix Qingdao - M/F	Qingdao (CHN)
18	J	Campionato Italiano a Squadre CA - M/F	Lido di Ostia/RM