

# ATILLO.net



Judo - Campionato Italiano a squadre



Judo - Sport a Scuola



Aikido - Ciao Fausto

## in questo numero

### OBIETTIVO SU

Il Governo sostiene Roma 2010  
di Vanni Loriga 2

### PERSONAGGI

Aikido - Ciao Fausto  
di Marco Rubatto 4

### ATTIVITÀ INTERNAZIONALE

Judo - 16° Trofeo Alpe Adria  
di Milena Lovato 7

### ATTIVITÀ NAZIONALE

Judo - Campionato italiano a squadre  
di Enzo De Denaro 12

### ATTIVITÀ REGIONALE

Judo- A Bergamo con la Maestra Yuko Nakano  
di Edoardo Genovesi 16

Lotta - Etruscan Games 2011  
a cura dell'ASD Porta Sole 19

Karate - Meeting Italia-Russia  
di Leandro Spadari 22

Aikido - Aikido internazionale a San Mauro Torinese  
di Marco Rubatto 26

Fijlkam - Accordi e Progetti nell'attività del Trentino Alto  
Adige  
di Enzo De Denaro 29

### SERVIZI

Judo- Judo tradizionale e Judo Sport (2ª parte)  
di Pio Gaddi 31

### PERSONAGGI

Karate - La prima volta di Tiziana  
di Leandro Spadari 35

L'apertura del numero di marzo è dedicata al sogno olimpico romano: insediato il Comitato promotore per la candidatura di Roma quale città organizzatrice delle Olimpiadi del 2020, si inizia a lavorare affinché il sogno si trasformi in emozionante realtà. Eventi già concreti e altrettanto emozionanti sono, invece, quelli che riguardano il Judo, con l'affollatissimo e apprezzato Trofeo internazionale Alpe Adria ed il Campionato Italiano a Squadre. Molti altri reportages dalle Regioni, dove l'attività delle discipline federali è sempre a pieno ritmo. Da leggere con commozione è l'affettuoso ricordo del Maestro Fausto De Compadri, Presidente della Commissione Nazionale Aikido e grande figura della disciplina in Italia, recentemente scomparso. Sempre nella rubrica sui Personaggi segnaliamo, inoltre, l'interessante intervista alla karateka Tiziana Costa e l'ultima parte delle riflessioni di Pio Gaddi sull'evoluzione storico-tecnica del Judo.

Buona lettura!

**Per la pubblicazione degli articoli su Athlon.net si raccomanda di inviare gli scritti al seguente indirizzo: [stampa@fijlkam.it](mailto:stampa@fijlkam.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.**



# Missione difficile ma non impossibile per i XXXII Giochi Olimpici Il Governo sostiene Roma 2020

di Vanni Loriga

Mercoledì 23 febbraio, nel corso degli "Stati Generali" indetti presso il Palazzo dei Congressi all'EUR dal Sindaco Gianni Alemanno per Roma Capitale, è stata presentata la "Squadra Olimpica" incaricata di pilotare la candidatura della Capitale per l'assegnazione dei Giochi 2020 della XXXII Olimpiade, prevista per il 7 settembre 2013 a Buenos Aires, nell'ambito della 125<sup>a</sup> Sessione del Comitato Internazionale Olimpico. Il Comitato Promotore risulta così composto.

Presidente onorario Gianni Letta; **Presidente** Mario Pescante; **Vice Presidenti** Gianni Alemanno, Andrea Mondello e Giovanni Petrucci; **Consiglio Direttivo - Membri di Diritto** Nicola Zingaretti Presidente Provincia di Roma, Renata Polverini Presidente Regione Lazio; **Membri del CIO** Franco Carraro, Ottavio Cinquanta, Francesco Ricci Bitti, Manuela Di Centa; **Segretario Generale** Raffaele Pagnozzi; **Presidente Comitato Paralimpico** Luca Pancalli; **Direttore Generale** Ernesto Albanese; **Comitato d'onore** Luigi Abete, Nerio Alessandri, Azzurra Caltagirone, Luca Cordero di Montezemolo, Aurelio de Laurentiis, Diego Della Valle, John Elkan, Cesare Geronzi, Andrea Guerra, Giovanni Malagò, Emma Marcegaglia, Giuseppe Recchi, Aurelio Regina; **Comitato Compatibilità e programmazione economica** Marco Fortis e Franco Carraro.

La ufficializzazione del Comitato è avvenuta in una sede di alto prestigio e di benaugurante tradizione sportiva, quel Palazzo dei Congressi che durante i Giochi di Roma '60 ospitò il torneo di Scherma (due ori, un argento e tre bronzi per l'Italia) e che in questi giorni è stato sede degli "Stati Generali della Città di Roma", un avveniristico progetto per costruire "La nuova Capitale".

A chiusura dei lavori hanno garantito "massimo sostegno" per il Governo sia il Presidente del Consiglio Silvio Berlusconi che il Ministro dell'Economia Giulio Tremonti, giunto a tempo quasi scaduto perché impegnato sino a quel momento nei lavori relativi al decreto cosiddetto delle Milleproroghe.

Molto apprezzate dagli ambienti più squisitamente sportivi l'accettazione dell'incarico della Presidenza da parte di Mario Pescante (vice Presidente del CIO) e le notizie fornite da Gianni Petrucci, Presidente del CONI.

È stato sottolineato da Gianni Letta il "valore aggiunto" legato al nome ed alla esperienza di Pescante, cui tutti attribuiscono meriti salvifici in occasione dei Giochi Invernali di Torino e dei "Mediterranei" di Pescara. Proprio Gianni Letta ha ricordato come ad un anno dall'Olimpiade torinese si presentarono da lui preoccupatissimi il Presidente del Cio Jacques Rogge e di Jean Claude Killy e li tranquillizzò garantendo l'intervento di Pescante. Senza dimenticare le sue doti da "Cardinal Mazarino" (e non soltanto perché compatriota del grande diplomatico di Pescara) che lo hanno portato ad essere investito, dal Comitato Internazionale Olimpico, delle massime responsabilità nel campo delle relazioni internazionali e ricordando soprattutto la collaudata e trentennale frequentazione con i Membri più "problematici" dello sport mondiale. Gianni Petrucci, da parte sua, ha ancora una volta fornito dati concreti ed



Giovanni Petrucci con Sergio Chiamparino, uno dei candidati alla vicepresidenza



Il presidente del CONI Giovanni Petrucci con il Sindaco di Roma Gianni Alemanno e Gianni Letta



in definitiva rassicuranti per tutti coloro che non si nascondono le difficoltà dell'impresa. *"Roma non teme confronti per capacità organizzativa, come ha sempre dimostrato. Abbiamo anche il vantaggio di poter contare sul 73 per cento di impianti già esistenti; siamo fra le prime cinque nazioni al mondo nelle graduatorie sportive; riscuotiamo la stima da tutti; vantiamo il più alto numero di Membri CIO; le Istituzioni e l'Industria sono vicine a noi; possiamo contare ora su Pescante (che conosce la situazione internazionale meglio di chiunque altro) e sulla sua squadra: sarà difficile, ma ce la possiamo fare".*

Nessuno d'altronde ritiene, negli ambienti sportivi, che il cammino verso il traguardo sarà agevole. Ricordiamo che la scadenza per la presentazione delle candidature è fissata al 1 settembre di quest'anno. Al momento nulla è giunto al CIO, salvo l'annuncio di quella di Roma. Pescante ha indicato come imminente e qualificata la richiesta di Tokio (fu fra coloro che esanimarono la candidatura per il 2016, che già allora si presentava come ottima e completa) ed ha segnalato le aspirazioni di India, Sud Africa, San Pietroburgo, Istanbul per non parlare di altri Paesi Europei e degli Emirati Arabi.

Il successivo calendario delle scadenze richiede per il 15 febbraio 2012 la consegna delle "lettere di garanzia" ed entro l'aprile 2012 la presentazione dei dossier, nei quali andranno specificati i piani completi per gli impianti ( i Poli di Roma saranno il Parco Olimpico; la Città dello Sport a Tor Vergata; le installazioni presso la Nuova Fiera di Roma che interessano direttamente la FIJLKAM con le palestre per Lotta e Judo; Ostia per vela e nuoto in mare aperto) e per i Villaggi (Tor di Quinto).

Nel maggio del prossimo anno il CIO selezionerà fra tutte le candidate le 4/5 Città con i migliori requisiti ed il 7 settembre 2013 i 115 membri del CIO faranno la loro scelta. Non potranno votare i Membri dei Paesi interessati. Si può concludere con il pensiero di Pescante e Petrucci: *"Missione ardua ma non impossibile".*



*Luca Zingaretti, Gianni Alemanno e Renata Polverini*



*Il Presidente del Comitato Roma olimpica Mario Pescante con il Presidente onorario Gianni Letta*



## Ciao Fausto

di Marco Rubatto

Martedì 15 febbraio scorso, di mattina presto, ci ha lasciato il Maestro Fausto De Compadri, all'età di 79 anni e dopo una malattia breve ma notevolmente aggressiva. Questa notizia ha scosso me, ma anche l'intero mondo dell'Aikido italiano, per la figura di eccellenza che è ora venuta meno.

Credo sia quindi ora fondamentale rendere merito alla memoria ed al lavoro di questo instancabile Maestro, così che tutti possano averne un'idea, anche se non avessero avuto il grande onore di conoscerlo, frequentarlo e collaborare con

*Il maestro Fausto De Compadri*

lui. Ho avuto questo privilegio per anni, perciò con parole del tutto personali, vorrei provare a descrivervi chi era il Maestro De Compadri...

Classe 1931, Fausto iniziò lo studio dell'Aikido nel 1965, sotto la guida del Maestro Motokage Kawamukai. Nello stesso anno tuttavia divenne allievo diretto del Maestro Hiroshi Tada, 9° Dan Aikikai. Acquisì il grado shodan nel 1968, ritrovandosi così ad essere una delle prime quattro cinture nere di Aikido in Italia. Dallo stesso Tada Sensei ottiene, poi successivamente: il grado nidan nel 1970, il sandan nel 1974, lo yondan nel 1980.

Nel 1985, Fausto De Compadri incominciò a seguire gli insegnamenti di Morihiro Saito Sensei, 9° Dan Aikikai, dal quale ricevette nel 2000 il grado di godan Aikikai.

Sempre nel 1985 diviene allievo del Maestro Paolo Nicola Corallini, fedele discepolo del Maestro Morihiro Saito, nonché Presidente della Takemusu Aikido Association Italy.

Nel 2005, lo stesso Corallini Sensei gli conferì il grado di rokudan Takemusu Aikido.

De Compadri Sensei era stato anche insignito della Stella di bronzo al Merito Sportivo del Comitato Olimpico Nazionale Italiano (C.O.N.I.) e della Medaglia d'Onore al Merito Sportivo della F.I.J.L.K.A.M.

È stato un attivo componente della Commissione Nazionale Aikido della F.I.J.L.K.A.M. affiliata al Comitato Olimpico Nazionale Italiano (C.O.N.I.).

Nel marzo 2006, il Presidente F.I.J.L.K.A.M. gli conferì il grado di 7° dan, "quale riconoscimento della pluridecennale e meritoria opera" svolta in favore dell'Aikido italiano e "in considerazione delle tante e particolari benemerienze acquisite attraverso il sempre costante e qualificato impegno dimostrato per lo sviluppo tecnico e la diffusione dell'Aikido".

Dal mese di giugno del 2006, gli fu affidata la Direzione Tecnica del Settore Aikido della F.I.J.L.K.A.M., mentre dal mese di febbraio del 2007, la stessa Federazione Italiana Judo, Lotta, Karate e Arti Marziali gli conferì l'incarico di Presidente della Commissione Nazionale per il settore Aikido. Rare volte prima di allora era stato tentato in modo così notevole di conferire lustro, credibilità, qualità e valore all'Aikido Federale come da quando il Maestro De Compadri si è occupato di dirigere e coordinare questo importante settore. La sua esperienza marziale poteva dirsi realmente ampia e completa, nono-



*La grande energia del maestro De Compadri. Stage a Marina di Massa novembre 2009*



stante il fatto che si rimproverasse di non essersi mai allenato in Giappone. Ma chi dice poi che le persone che lo hanno fatto abbiano per forza dei numeri in più rispetto agli altri!?!

De Compadri Sensei è stato un grande Maestro, perché era completo, era Maestro cioè a 360° gradi!

Solitamente si cerca l'eccellenza tecnica in un Maestro, ma molto raramente, quando la si incontra, essa corrisponde ad un ugual grado di sviluppo, maturazione e senso di responsabilità umana e personale. Fausto De Compadri invece ne aveva fatto un sinonimo!

Occupando posizioni di responsabilità come le sue, sarebbe stato particolarmente facile occultarsi dietro ad un titolo, una qualifica, ma lui era sempre là, ad ascoltare chi aveva bisogno ed a rispondere a tutti, su tutto... facendo sentire importante e valorizzato il suo interlocutore. Poco importa se esso fosse un quarto dan, un quarto kyu o una persona che non sapeva nemmeno cosa l'Aikido fosse!

Egli amava autenticamente e profondamente l'Aikido e si muoveva in coerenza con ciò, sia quindi a livello pratico che etico.

Negli ultimi tre anni si era fatto promotore e testimonial di un enorme progetto di apertura in seno all'Aikido Federale, proprio perché egli era in grado di guardare alla pratica ed al futuro di quest'Arte con un'ottica interessata ma impersonale, nella quale il bene della Aiki-collettività veniva ad essere prioritario su tutto.

Si rese conto che la problematica più diffusa e preoccupante delle dinamiche dell'Aikido era ed è legata all'eccessiva frammentazione dei vari Gruppi, che non riescono a trovare punti di dialogo ed incontro.

Aveva cioè realizzato che essere uniti nella promozione di quello che ci sta a cuore è fondamentale per la riuscita dell'operazione stessa!

Aiutato dai suoi collaboratori più stretti, fra i quali ha sempre spiccato il M° Massimo Aviotti, ha iniziato una politica "ecumenica", nella quale invitare ad entrare a far parte della F.I.J.L.K.A.M. chiunque potesse farne richiesta, indipendentemente dalla sua estrazione Aikidoistica, dalla scuola di riferimento e dai gradi in possesso.

Questo progetto ha finora incontrato numerose difficoltà, legate alle nuove conoscenze reciproche da consolidare o alle grandi differenze fra le esigenze interne dei diversi Gruppi di pratica, ma anche dovute al fatto che la Federazione stessa si è mostrata una realtà per certi versi non sempre facilmente orientabile ad una simile progettualità. Si tratta infatti di un'Entità molto ampia e polivalente, patrocina attività molteplici, che seguono criteri e principi anche molto differenti fra loro.

Ma le difficoltà non hanno mai fermato il Maestro De Compadri che era solito affermare, in compagnia fra l'altro di O'Sensei (ottima compagnia!!!), che l'Aikido è commisurato alla propria capacità di donare e donarsi... e che l'unica cosa occulta è la profondità dell'animo umano, piuttosto che la tecnica X o la tecnica Y! Questo è il comportamento di un Maestro nel fare, soprattutto per la rara capacità di vivere ciò che insegna agli altri. Il Maestro Fausto De Compadri è stato un esempio di umiltà e coerenza.

Egli aveva iniziato e portato avanti un contatto con l'Aikikai Honbu Dojo per far sì che qualunque Aikidoka iscritto a F.I.J.L.K.A.M. potesse vedere riconosciuto i suoi gradi a livello internazionale.

Il Maestro riteneva che gli Aikidoka avessero il diritto di scegliere liberamente la propria affiliazione e quindi che non dovessero ricorrere a "schierarsi" con alcuni Enti privati per ottenere questa qualifica internazionale. Aveva quindi pensato di rendere disponibili questo tipo di gradi parecchio ambiti a tutti coloro che accettassero di praticare, con lo stile e riferimenti didattici propri, sotto l'egida F.I.J.L.K.A.M..





Non molti però sanno che in fase di contrattazione con l'Honbu Dojo, egli aveva anche ottenuto che il riconoscimento alla Federazione Italiana avvenisse NON in modo personale, bensì nei confronti di chi avrebbe in futuro occupato la carica di Direttore Tecnico Nazionale e Responsabile del Settore Aikido F.I.J.L.K.A.M.. Non quindi un privilegio legato al suo nome, ma un regalo di prestigio che avrebbe fatto in modo stabile al futuro dell'Aikido Federale. Questo è il lavorare per la collettività e non per sé, a cui prima mi riferivo!

Il progetto non è andato per ora a buon fine, ma ci auguriamo che in futuro qualcun altro possa prendere il testimone e portare avanti l'unica cosa che a nostro avviso potrebbe avere senso fare, non lasciare cioè che tutto il lavoro del M° De Compadri risulti sprecato!

Il Maestro si è fatto sponsor di chiunque volesse dare eco alla pratica nella propria zona, perché gli stava veramente a cuore che l'Aikido Federale non solo si espandesse, ma che lo potesse fare in quell'ottica umana, fraterna e calda, con cui il Fondatore stesso ha donato quest'Arte alla collettività!

Il Maestro mi ha incoraggiato e supportato alla pubblicazione di "Aikido: didattica e pratica" per le Edizioni F.I.J.L.K.A.M. nel 2008, perché credeva che tutti dovessero poter beneficiare del materiale che negli anni avevo raccolto e messo insieme. Io non credevo neppure ne valesse la pena, ma lui mi ha incoraggiato a persistere, ed oggi circa 1500 Aikidoka in Italia utilizzano questo testo quale riferimento didattico...

È stato perennemente il sostegno di chi voleva impegnarsi nella diffusione della nostra amata Arte, cosa che lo ha reso ancora più amabile e rispettabile agli occhi di molti ed ai miei.

Poi è stato ancora qualcosa in più, per me: è stato il mio Maestro ed un vero Aiki-Padre!

Ora che non c'è più, sicuramente è notevole il vuoto che provano tutti coloro che in questi anni lo hanno seguito, amato e rispettato, ma si affaccia per essi - me compreso - la grande opportunità di non sentirsi solo "Aiki-orfani"... ma di mostrare di avere capito qualcosa dei suoi preziosi insegnamenti di tatami e di vita: andare avanti con il progetto che tutti con lui dividevamo dal profondo.

Ora si presenta la vera possibilità di mostrare a noi stessi di aver compreso qualcosa e di impegnarci quindi in prima persona per far sì che le sue progettualità possano procedere, svilupparsi ed evolvere, esattamente come avrebbe voluto che fosse il nostro amato Maestro Fausto De Compadri.

Grazie Sensei per la Via che ci ha aperto, non sono mai riuscito a darle del tu, nonostante me lo avesse ripetutamente chiesto, mi mancheranno i suoi abbracci ed il bene intenso che moltissime volte ha mostrato di provare per me. Mi impegnerò ad imparare ad abbracciare altrettanto profondamente la Via che ho scelto di seguire, ed il prossimo... m'impegnerò, Sensei, perché il porsi costruttivo in Aikido non possa dirsi concluso con la sua scomparsa: è qualcosa che sento di volere nel profondo e di doverle...

Grazie di cuore di tutto Maestro De Compadri!

# Il 16° Trofeo Alpe Adria ha "fatto la differenza"

Con una partecipazione record di 853 atleti di sette nazioni il Trofeo Alpe Adria riservato alle sole classi U20 ed U17 è andato alla rappresentativa nazionale della Serbia. Al termine di una maratona lunga otto ore per la gara del sabato riservata ai 375 atleti Under 20 e altre nove per i 478 under 17 che si sono confrontati la domenica, la sedicesima edizione della manifestazione organizzata dal Dif Yama Arashi Udine e che si è disputata nel Palagetur di Lignano Sabbiadoro, ha portato a quattro la serie di vittorie straniere. Per la Serbia infatti, si è trattato di un bis seguito al successo 2010, mentre nel 2009 vinse la nazionale della Danimarca e nel 2008 gli sloveni dell'Impol Slovenska Bistrica. È stata una gara dura ed impegnativa, che nella fascia riservata agli under 17 ha registrato una netta prevalenza degli atleti stranieri, evidenziata dalla conquista di dieci medaglie d'oro su diciassette in palio nelle nove categorie maschili e otto femminili. Soltanto otto dunque i primi posti italiani nelle categorie in gara nei cadetti, mentre l'equilibrio della classe juniores si è evidenziato attraverso l'assegnazione delle sedici medaglie d'oro a ben quindici club diversi. Il solo a fare il bis è stato il Judo Valpolicella di Pietro De Luca con le vittorie di Sonia Arduini nei 57 kg e Valeria Ferrari nei 78 kg. Il Grand Prix tricolore per gli under 20 ha ottenuto un riscontro di grande rilievo, sia sotto il profilo numerico che tecnico. Applausi a scena aperta per il discorso tenuto dal testimonial del tema Make the difference, Stefano Frassinelli, preparatore atletico paraplegico che aiuta gli abili a dare il meglio di sé, ma molto apprezzata è stata anche la mostra dei quadri dedicati al judo dell'artista Erna Vukmanic, che ha esposto nei giorni del torneo. L'opera principale "The black bag", un olio su tela, è andato in premio alla Serbia, vincitrice del 16° Trofeo Alpe Adria.

## Make the difference, lo spirito del Trofeo Alpe Adria

di Milena Lovato

Una manciata di parole che per noi parlano da sole e a voi, speriamo, danno l'idea: sperimentare, accogliere, faticare, stare insieme, fare e rifare. Questo è per noi l'Alpe Adria. Ci piace il giorno di gara e ci piacciono i mesi che precedono l'evento. Molte menti, moltissime, pensano e producono ogni anno idee nuove che vanno dal dettaglio all'essenza. Ogni anno lo spirito che ci muove e conforta nei momenti di fatica cambia, si evolve. La motivazione però è sempre altissima. Il focus era ed è sempre l'ospite. L'ospite sei tu atleta, tu coach, tu genitore, amico, fratello. Cerchiamo di metterci sempre nei panni di chi ci fa visita. Da questi panni nasce l'idea di un gadget piuttosto che un nuovo investimento. Il risultato visibile prodotto da più di cento volontari è l'Alpe Adria! Il risultato invisibile è dentro lo yama arashi che vede ogni anno... grazie a Winter Camp ed Alpe Adria... i propri soci più coesi, competenti, migliori. Due eventi, a tratti enormi, ci aiutano a raggiungere l'obiettivo massimo di una associazione: stare insieme. Da qui un grazie a chi nostro



Applauditissimo il preparatore atletico Stefano Frassinelli con Sandra Carofiglio

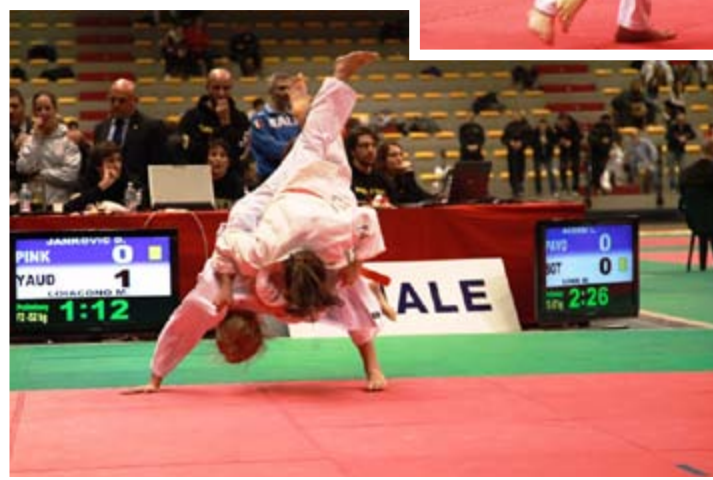


Il Presidente del Comitato Regionale Friuli Venezia Giulia Enzo De Denaro





socio non è. "Ragazzi" che cavalcando la natura audace del trofeo ci sono vicini sempre. Ci aiutano soprattutto a stimolare l'intero movimento judo, a testare soluzioni che nel tempo diventano abitudine. Se anche grazie all'Alpe Adria tutte le gare saranno migliori l'obiettivo massimo di noi organizzatori sarà raggiunto. L'aspetto economico è spesso il nemico più grande dell'organizzatore. Da tempo una gara di judo, anche di successo, produce un deficit. Da tempo le iscrizioni coprono medico e ufficiali di gara lasciando scoperto tutto il resto. In questo tutto c'è una marea di cose, dalle medaglie al costo esorbitante dei palazzetti. Da qualche anno Regione e amici imprenditori sostengono la nostra avventura che rimane un lavoro in equilibrio tra la massaia e l'acrobata. Azioni di risparmio e rischio che si alternano con davanti agli occhi il focus: tu. Noi organizzatori, dirigenti, coach crediamo fermamente che ognuno di noi fa la differenza. Trasmettere questa fede a tutti, compresi i nostri judoka, non è facile. Fede che deve sostenere la vita fuori e dentro il dojo. Anche grazie alla cerimonia di apertura, abbiamo voluto lanciare un messaggio forte "Make the difference".





## Classifiche Under 17 Maschili

<b>-46 Kg</b>
1 Vendramini, Marco Polisportiva Villanova
2 Starkel, David Sankaku Celje
3 Jovanovic, Filip Serbia Srb
3 Planinc, Rok Polyteam Ljubljana Slo
<b>-50 Kg</b>
1 Manzi, Elias Airon Judo 90
2 Gismondo, Andrea Sportiva Forlito
3 Harpf, Luka Šiška Slo
3 Cavallo, Luca Akyama Settimo
<b>-55 Kg</b>
1 Capar, Tin Istarski Borac Pula Cro
2 Mirabella, Angelo Dynamic Center
3 Grandic, Marko Serbia Srb
3 Ceh, Alijaz Judo Klub Duplek
1 Majdov, Nemanja Randori Bih
2 Buncic, Strahinja Serbia Srb
3 Gomboc, Adrian Sankaku Celje Slo
3 Zanasi, Francesco Circolo Guardia Di Finanza Como
<b>-66 Kg</b>
1 Zadro, Petar Jk Borsa Mostar
2 Chitii, Tudor Kyu Shin Do Kai Fidenza
3 Wagner, Steffen Meldung Judo Union Flach
3 Rigano, Lorenzo Airon Judo 90 Sic
<b>-73 Kg</b>
1 Balzarro, Luca Judo Castelletto
2 Rollo, Federico Banzai Cortina
3 Djukanovic, Ivan Serbia
3 Simonovic, Mladen Serbia
<b>-81 Kg</b>
1 Mesaros, Adam Lika Zagreb
2 Todini, Lorenzo Kodokan S.Angelo
3 Ciric, Uros Cortega Belgrado
3 Kulidzan, Aleksandar Cortega Belgrado
<b>-90 Kg</b>
1 Nikolic, Nemanja Serbia Srb
2 Maslo, Dean Dlf Trieste Fvg
3 Canzian, Miky Judo Vittorio Ve
3 Pozzi, Davide Polisportiva Besanese
<b>+90 Kg</b>
1 Sreckovic, Nikola Jk Panter Bijeljina Bih
2 Grubisa, Matej Istarski Borac Pula Cro
3 Sadikovic, Harun Judo Una Bih
3 Djakovic, Rok Sankaku Celje Slo
<b>Classifiche Under 17 Femminili</b>
<b>40 Kg</b>
1 Huber, Marion San Lorenzo
<b>44 Kg</b>
1 Romano, Sara Akiyama Settimo
2 Rainero, Marta Cassa Risparmio Asti
3 Gregoric, Patricija Olimpia Lubiana
3 Adrasti, Elisa Amici Sport Torino
<b>48 Kg</b>
1 Stangar, Anja Olimpia
2 Strohmayer, Sarah Union Leibnitz
3 Ravagnani, Adele Akiyama Settimo

3 Guszak, Beata Lika Zagreb
<b>52 Kg</b>
1 Raia, Daniela Nippon Napoli
2 Kropf, Manja Duplek Lubiana
3 Rajcic, Visnja Pujanke
3 Giorda, Francesca Judo Santena
<b>57 Kg</b>
1 Corrieri, Giulia Banzai Cortina Roma
2 Arato, Carlotta Mk Team
3 Scheff, Tini Creativ Graz
3 Simonkovic, Natasa Serbia
<b>63 Kg</b>
1 Krak, Marina Pujanke
2 Kapitanovic, Ivona Pujanke
3 Cartia, Federica Banzai Cortina
3 Cipriani, Alice Miriade Roma
<b>70 Kg</b>
1 Matic, Brigita Pujanke
2 Saric, Monika Pujanke
3 Radman, Dajana Pujanke
3 Silveri, Ilaria Banzai Cortina Roma
<b>+70 Kg</b>
1 Lesko, Petra Samobar
2 Gaggero, Valentina Budo Semmon Gakko
3 Salvador, Lucrezia Dojo Sacile
3 Gentile, Giada Provinciale Messina
<b>Classifiche Under 20 Maschili</b>
<b>-55 Kg</b>
1 Maserin, Michele Centro Ginnastico
2 Magnetti, Gianpaolo New Olympic Center T.Re Del Greco
3 Mundula, Marcello Asd Karalis Judo
3 Piredda, Graziano Asd Judo Teiko
<b>-60 Kg</b>
1 Di Loreto, Carmine Asd Nippon Napoli
2 Kuralt, Luka Bezigrad
3 Faraldo, Davide Asd Ginnic Club
3 Medves, Matteo Dlf Yama Arashi Udine
<b>-66 Kg</b>
1 Melegari, Gabriele Kyu Shin Do Kai Parma
2 Mattiello, Antonio Asd Ginnic Club
3 Bruno, Emanuele Asd Fitness Club
3 Esposito, Antonio Asd Nippon Napoli
<b>-73 Kg</b>
1 Majdov, Stefan Randori
2 Potparic, Igor Bezigrad
3 Meloni, Augusto Asd Judo Frascati
3 Napoli, Rosario Micheal Airon Judo 90
<b>-81 Kg</b>
1 Miranda, Fabio Asd Team Romagna Judo
2 Mulec, Tadej Judo Klub Duplek
3 Dosen, Bojan Cortega-Belgrade
3 Barilari, Luca Judoinsieme
<b>-90 Kg</b>
1 Damico, Nicholas Asd Centro
2 Zgank, Miha Sankaku Celje

3 Frustaci, Diego Asd Banzai Cortina Roma
3 Gharbi, Karim Asd Team Romagna Judo
<b>-100 Kg</b>
1 Katic, Jurica Jk Pinky Velica Gorica
2 Causarano, Giuseppe Jc Kaizumi Scidi
3 Boschetti, Carlo Centro Ginnastico
3 Busto, Ciro Forza E Costanza Brescia
<b>+100 Kg</b>
1 Dragic, Vito Jk Impol
2 Becchetti, Nicola Kdk Judo Fratta
3 Insinga, Mattia Kodokan Judo Vittorio Veneto
3 Kun, Blaz Jk Acron Slovenj Gradec

## Classifiche Under 20 Femminili

<b>-44 Kg</b>
1 Maisto, Maddalena Asd Pomilia
2 Ruggeri, Shannon Kodokan Cremona
3 De Palma, Jessica Asd Judo Mk Team
3 Sinicropi, Miriana Asd Lotta Olimpika
<b>-48 Kg</b>
1 Giuffrida, Odette Ass Judo Pavoni
2 Di Giorgio, Luana Ass Judo Pavoni
3 Milani, Francesca Asd Banzai Cortina Roma
3 Bombara, Angelina Asd Jc Yama Arashi Messina
<b>-52 Kg</b>
1 Poser, Greta Asd Judo Vittorio Veneto
2 Iadeluca, Marta Asd Banzai Cortina Roma
3 Posocco, Francesca Kodokan Judo Vittorio
3 Centracchio, Maria Asd Champion Sport Team
<b>-57 Kg</b>
1 Arduini, Sonia Judo Valpolicella
2 Abate, Simona Jc Yama Arashi Messina
3 Grabner, Stephanie Union Leibniz
3 Righetti, Anna Cus Verona
<b>-63 Kg</b>
1 Krenn, Eva Judo Team Shiai-Do
2 Dukic, Jelena Cortega-Belgrade
3 Pissoni, Carola Asd Judo Mk Team
3 Epifani, Martina Jc Umberto Bandiera
<b>-70 Kg</b>
1 Matic, Barbara Jk Pujanke Split
2 Navetta, Giusy Sc Athletic 2000
3 Hozjan, Tadeja Jk Lendava
3 Giambelli, Miranda Isao Okano Club 97
<b>-78 Kg</b>
1 Ferrari, Valeria Asd Judo Valpolicella
2 Tuba, Una Cortega-Belgrade
3 Ravotto, Alessandra Ok Club Imperia
3 Mairhofer, Sarah Judo Creativ Graz
<b>+78 Kg</b>
1 Marchiò, Elisa Società Ginnastica Ts
2 Costa, Carolina Asd Lotta Olimpika
3 Salvini, Miriana Asd Bu-Sen



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



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



3. STEROIDI ANABOLIZZANTI E PRATICA SPORTIVA di Leonardo Maria Leonardi NELLE PRESTAZIONI DI POTENZA di Filippo Rosacchino - Pag.63



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



5. FONDAMENTI DI BIOMECCANICA di Attilio Sacripanti - Pag. 67



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



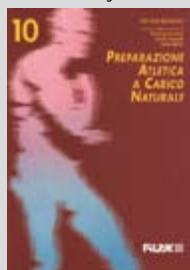
7. BIOMECCANICA DELLA PESISTICA MODERNA di Renzo Pozzo, Attilio Sacripanti ed Ernesto Zanetti Pag. 112



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



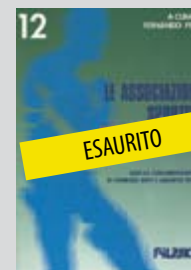
9. CRITERIUM NAZIONALE DI BIATHLON ATLETICO DI PANCA E CORSA di Stelvio Berardo Pag. 52



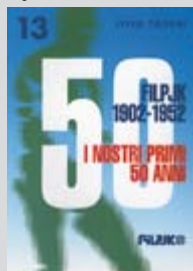
10. PREPARAZIONE ATLETICA A CARICO NATURALE di Stelvio Berardo - Pag. 115



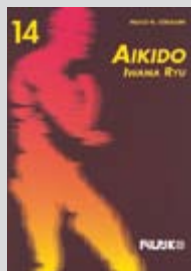
11. ALIMENTAZIONE E SPORT di Michelangelo Giampietro, Giuseppina Gagliardi e Stelvio Berardo - Pag. 127



12. LE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE (esaurito)



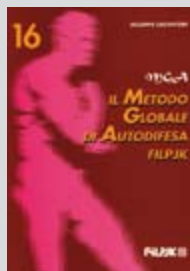
13. FILPK 1902 - 1952: I NOSTRI PRIMI 50 ANNI di Livio Toschi - Pag. 278



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



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



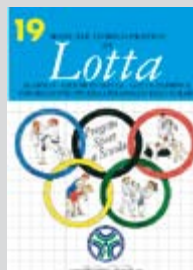
16. MGA: IL MEODO GLOBALE DI AUTODIFESA FILPK di Giuseppe Locantore (2ª edizione) - Pag. 123



17. FILPKAM 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



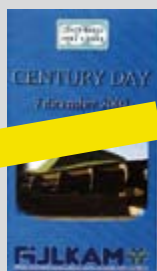
24. 1° Quaderno Tecnico FIJLKAM: Documenti tecnico-scientifici Atti dei Seminari Tematici 2007-08 di Renato Manno Pag. 96



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 (l'istinto della sopravvivenza) - Durata 21' - Un'analisi scientifica delle radici psicologiche delle arti marziali (DVD)



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

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

Per ordinare i volumi: effettuare il versamento sul conto corrente postale 26 90 19 intestato a:

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

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

FIJLKAM - Ufficio Stampa

e-mail: [stampa@fijlkam.it](mailto:stampa@fijlkam.it) - fax 06 56 47 05 23

Via dei Sandolini, 79 - 00122 Ostia Lido RM

# Tricolori a squadre, la storia ha fatto tappa a Frosinone

di Enzo De Denaro

Udine, 14 febbraio 2011. La storia del judo italiano ha fatto tappa a Frosinone. Sabato 4 dicembre 2010 il palazzetto dello sport Città di Frosinone infatti, ha registrato il primo posto dell'Akiyama Settimo Torinese e, per la prima volta, di un club non militare in occasione del campionato italiano a squadre maschile. È vero, si tratta di un fatto che in assoluto è già accaduto in passato, nel 1967 infatti la Fiamma Yamato Roma conquistò lo scudetto tricolore (così si usava a quei tempi, con la consegna fisica dello scudetto), ma è vero anche che da quel dì ne è passata di acqua sotto i ponti. E anche tanta. In oltre quarant'anni si sono evolute tantissime componenti del judo-sport, forse tutte. Evoluzione costante sugli aspetti tecnici, coerenti con i tempi i miglioramenti organizzativi, ma è cambiato straordinariamente lo spessore dei risultati ottenuti in tutti questi anni e sono diversi anche gli obiettivi che il judo italiano ha accettato di porsi. La sola cosa ad essere rimasta sempre uguale a se stessa, era che fosse una squadra di un centro sportivo militare/paramilitare a vincere il titolo di campione d'Italia. E l'Akiyama Settimo ha sfatato anche quest'ultimo tabù nel modo più rocambolesco e sofferto, vincendo il titolo tricolore maschile allo spareggio di un match straordinario per bellezza, intensità, coinvolgimento. E quando una gara sportiva è in grado di esprimere questi valori, il suo pubblico non può che esserne soddisfatto. Al di là delle emozioni direttamente suscitate dalla vittoria e dalla sconfitta. L'Akiyama Settimo di Pierangelo Toniolo e le Fiamme Azzurre di Olindo Rea si sono affrontate in finale. Sotto per 2-0 ed un pari, l'Akiyama ha rimesso la finale in equilibrio, chiudendo 2-2 e parità di punti judo. Il torinese Andrea Regis e Francesco Faraldo hanno ripetuto la sfida precedentemente pareggiata, ma questa volta il verdetto è stato per il neo campione d'Europa U20. Sul podio, al terzo posto, i Carabinieri (3-2 alle Fiamme Oro) e il G.S. Forestale (3-2 al Judo Camerano).

Classifica: 1) Akiyama Settimo Torinese; 2) Fiamme Azzurre; 3) Carabinieri Roma e G.S. Forestale; 5) Fiamme Oro e Judo Club Camerano

**Finale 1° posto: Akiyama Settimo-Fiamme Azzurre 3-2 (25-20)**

66 kg: Giorgio Leccese-Marco Caudana 10-0; 73 kg: Andrea Regis-Francesco Faraldo 0-0; 81 kg: Massimiliano Carollo-Francesco Bruyere 0-10; 90 kg: Christopher Lambert-Lorenzo Bagnoli 10-0; +90 kg: Andrei Breitharth-Alberto Borin 10-0; spareggio: Andrea Regis-Francesco Faraldo 5-0

**Finale 3° posto: Carabinieri-Fiamme Oro 3-2 (25-15)**

66 kg: Yuri Contegreco-Elio Verde 0-5; 73 kg: Fabrizio Chimento-Enrico Parlato 10-0; 81 kg: Matteo Marconcini-Luca Poeta 0-10; 90 kg: Walter Facente-Pablo Tomasetti 10-0; +90 kg: Ivan Tomasetti-Ignazio Capezuto 50-0

**Finale 3° posto: G.S. Forestale-Judo Camerano 3-2 (25-20)**

66 kg: Mattia Galbiati-Gar Uriarte 5-0; 73 kg: Filippo Del Pianta-David Gonzales 0-10; 81 kg: Emidio Centracchio-Angelo Montanari 10-0; 90 kg: Diego Giorgis-Marco Montanari 10-0; +90 kg: Terry Yosvane Despaigne senza avversario 0-10



Elio Verde



Erica Barbieri



Edwige Gwend



### Tricolore al team femminile dei Carabinieri

È andato ai Carabinieri il titolo italiano a squadre femminile. Il palazzetto dello sport Città di Frosinone ha applaudito la formazione guidata da Sandro Rosati, che dopo aver superato Budo Semmon Gakko Genova e Akiyama Settimo, si è imposta in finale sulle Fiamme Azzurre di Olindo Rea, all'esordio nella manifestazione tricolore. Tre a uno il risultato finale a favore delle ragazze dei Carabinieri, che hanno ritirato con Erica Barbieri anche il premio per il miglior atleta della gara. Le Fiamme Gialle senza Giulia Quintavalle sono salite sul terzo gradino del podio assieme all'Isao Okano Cinisello Balsamo.

**Classifica:** 1) Carabinieri Roma; 2) Fiamme Azzurre; 3) Fiamme Gialle e Isao Okano Cinisello Balsamo; 5) Akiyama Settimo Torinese e Banzai Cortina Roma; 7) Ren Shu Kan Marina e Budo Semmon Gakko Genova; 9) C.S. Esercito

**Finale 1° posto: Carabinieri-Fiamme Azzurre 3-1 (30-5)**  
52 kg: Rosalba Forciniti-Elena Moretti 0-0; 57 kg: Alessia Regis-Sharon Dinasta 0-5; 63 kg: Marianna Marinosci senza avversaria 10-0; 70 kg: Erica Barbieri-Marisa Celletti 10-0; +70 kg: Gilda Rovere-Giulia Cantoni 10-0

**Finale 3° posto: Fiamme Gialle-Akiyama Settimo 4-0 (37-0)**  
52 kg: Camilla Magnolfi-Nicole Pouch 7-0; 57 kg: Marta Pinotti-Angela Biancucci 10-0; 63 kg: Edwige Gwend-Valentina Giorgis 0-0; 70 kg: Jennifer Pitzanti-Cinzia Bonfante 10-0; +70 kg: Assunta Galeone-Claudia Probst 10-0

**Finale 3° posto: Isao Okano Club97-Banzai Cortina Roma 3-2 (25-20)**

52 kg: Elena Scialpi-Marta Iadeluca 0-10; 57 kg: Valeria Raimondi-Rebecca Conti 5-0; 63 kg: Cristina Verga-Giorgia Mancioffi 10-0; 70 kg: Giulia Aragozzini-Rebecca Basile 10-0; +70 kg: Tania Ferrera-Gabriella Lucà 0-10

### Con i cadetti l'Akiyama ha fatto bis

L'Akiyama Settimo ha incassato un altro tricolore a squadre e dopo la vittoria storica nell'Assoluto maschile, coach Pierangelo Toniolo ha concesso il bis con la squadra maschile U17, che ha confermato il successo 2009. Quattro le vittorie dei torinesi su Le Sorgive Mantova, New Olympic Napoli, Banzai Cortina Roma e, in finale, Centro Incontri Firenze. Ottima gara anche quella dei fiorentini che hanno guadagnato la sfida per il titolo superando Kodokan Mangiarano, Judo Club Genzano e Ginnastica Triestina. Sul terzo gradino del podio anche Ginnastica Triestina (3-2 sul New Olympic) e Banzai Cortina (5-0 sul Geesink).

**Classifica:** 1) Akiyama Settimo Torinese; 2) Centro Incontri Firenze; 3) Ginnastica Triestina e Banzai Cortina Roma; 5) New Olympic Judo Napoli e Geesink Judo Team Modena

**Finale 1° posto: Akiyama Settimo Torinese-Centro Incontri Firenze 3-1 (30-7)**

55 kg: Alessio Siciliano-Damiano Giani 10-0; 60 kg: Riccardo Sireus-Matteo Bruno 10-0; 66 kg: Fabio Basile-Matteo Degl'Innocenti 10-0; 73 kg: Luca Balzarro-Dario Boni 0-7; +73 kg: Cristian Comotti-Jonathan Tarantini 0-0

**Finale 3° posto: Ginnastica Triestina-New Olympic Judo Napoli 3-2 (30-20)**

55 kg: Matteo Giormani-Giampaolo Magnetti 10-0; 60 kg: Thomas Depon-



Marco Caudana



La squadra del GS Carabinieri sul podio femminile



L'Akiyama Settimo festeggia il podio maschile



te-Antonio Di Luca 10-0; 66 kg: Federico Grion-Lorenzo Parlati 0-10; 73 kg: Maurizio Coccoluto-Antonio Esposito 0-10; +73 kg: David Mascarello-Mario Scala 10-0

**Finale 3° posto: Banzai Cortina Roma-Geesink Judo Team Modena 5-0 (50-0)**

55 kg: Federico Fortini-Emilio Verucchi 10-0; 60 kg: Edoardo Bucci-Matteo Ballabio 10-0; 66 kg: Sevko Rustic-Matteo Benassi 10-0; 73 kg: Antonio Giovannetti-Francesco Visconti Prasca 10-0; +73 kg: Dario De Angelis-Lorenzo Soverini 10-0

### Al Banzai Cortina il Tricolore femminile under17

Banzai Cortina Roma sul gradino più alto del podio nel campionato italiano a squadre U17 femminile. Le ragazze romane guidate da Vito Zocco e rinforzate da Odette Giuffrida, premiata migliore atleta della gara, si sono aggiudicate il tricolore con merito superando nell'ordine MK Team, St. Lorenzen, Ginnastica Triestina e, in finale, Judo Santena. Le torinesi guidate da Gianluigi Giorda sono approdate a loro volta in finale superando Kodokan S. Angelo, Judo Vittorio Veneto e Judo Brianza, mentre al terzo posto si sono classificate Vittorio Veneto (3-2 sulla Ginnastica Triestina) e MK Team (4-1 sul Judo Brianza).

**Classifica:** 1) Banzai Cortina Roma; 2) Judo Santena; 3) Judo Vittorio Veneto e MK Team; 5) Ginnastica Triestina e Judo Brianza

**Finale 1° posto: Banzai Cortina Roma-Judo Santena 4-1 (37-5)**

52 kg: Odette Giuffrida-Fabiola Pidroni 7-0; 57 kg: Giulia Corrieri-Carola Rainero 0-5; 63 kg: Martina Greci-Lorena Giorda 10-0; 70 kg: Ilaria Fortini-Carlotta Arato 10-0; +70 kg: Ilaria Silveri-Giulia Galli 10-0

**Finale 3° posto: Judo Vittorio Veneto-Ginnastica Triestina 3-2 (22-17)**

52 kg: Greta Poser-Martha Di Lorenzo 10-0; 57 kg: Erika Marzura-Francesca Del Pin 0-7; 63 kg: Alice Perin-Eugenia Lui 7-0; 70 kg: Alberta Da Dalt-Alessia De Bortoli 5-0; +70 kg: Kirsten Dal Corso-Giulia Zuliani 0-10

**Finale 3° posto: MK Team Torino-Judo Brianza 4-1 (40-10)**

52 kg: Roberta Albrile-Chiara Gozzi 10-0; 57 kg: Cecilia Carabetta senza avversaria 10-0; 63 kg: Bintu Fofana senza avversaria 0-10; 70 kg: Ilaria Peirano-Dalila Sina 10-0; +70 kg: Carola Paissoni-Francesca Bottinelli 10-0



*L'Akiyama Settimo in testa anche nella gara under 17*



*Il Banzai Cortina sul podio femminile under 17*



*Preziosi consigli tecnici*



*Paolo Bianchessi molto amato dai giovanissimi*





# A Bergamo la quinta edizione dello "Stage dei Campioni" con la maestra Yuko Nakano

di Edoardo Genovesi - foto di Emilio Maino

Per la quinta edizione dello "Stage dei Campioni", l'A.S.D. Body Park Judo Bergamo ha ospitato domenica 6 febbraio, nella struttura del C.U.S. Bergamo, la maestra Yuko Nakano, passaporto giapponese e residenza britannica. Infatti Nakano, dopo aver conseguito la laurea in Scienze Motorie a Hiroshima, ha scelto l'Inghilterra per un approfondimento della lingua e approdata all'Università di Bath in qualità di insegnante, ha saputo convincere l'attuale direttore tecnico della nazionale anglosassone Patrick Roux, ad inserirla nello staff tecnico. Così da un paio d'anni Yuko Nakano, che ha solo 29 anni, segue allenamenti e tornei degli atleti inglesi in preparazione per Londra 2012.

La maestra ha tenuto una doppia seduta per le classi agonistiche: nella mattinata ha mostrato un lavoro al suolo, soprattutto legato alla posizione di controllo e allo svicolo della gamba durante la rottura di osaekomi, mentre ha dedicato al tachi waza la sessione pomeridiana, presentando ai circa cento atleti e tecnici presenti, una progressione per l'utilizzo di hiki dashi, applicato all'uchi mata e all'o uchi gari. A seguire ha deliziato il settore giovanile, un centinaio di bambini tra i 6 e i 10 anni, con una lezione sul ko uchi gari. Non è mancata la possibilità ai partecipanti di scambiare qualche randori e fare quattro chiacchiere con l'insegnante, che si è fermata con molta disponibilità a firmare autografi per i più piccoli e dare delucidazioni tecniche agli atleti più curiosi.

Yuko Nakano nel recente passato è stata apprezzatissima docente anche presso importanti stage estivi a Montpellier e a Sarnano, insieme a insegnanti del calibro di Katanishi, Roux, Jane Bridge, Go Tsunoda e altri tecnici molto attenti alla trasmissione di un judo efficace, ma allo stesso tempo elegante. Erano presenti allo stage diversi esperti illustri, quali Brambilla, Beltrachini, Bernabè e Caldarelli e hanno voluto portare un saluto alla Nakano anche il Vicepresidente del Comitato Lombardo, Santo Pesenti, il Presidente del C.U.S. Bergamo Claudio Bertoletti.

Nakano ha potuto apprezzare la bellezza di Bergamo Alta, di cui si è detta davvero entusiasta. Lo staff del club l'ha infatti accompagnata tra gli antichi vicoli e gli eleganti monumenti, perfettamente conservati e che fanno di Bergamo una delle città più belle d'Italia.

Lo "Stage dei Campioni" è un'iniziativa che ha preso il via nel 2007 come proposta per i soci del club, ma che è stato successivamente aperto a tutti coloro interessati ad un costruttivo scambio didattico e tecnico. Ad aprire questa tradizione è stata un'altra maestra, Donata Burgatta, cui hanno fatto seguito gli incontri con Mauro Pasta e Simone Maffioletti, Jenny Gal e i fratelli Bruyere negli anni successivi.



Yuko Nakano durante una fase di riscaldamento



Yuko Nakano mentre spiega ko uchi gari ai bambini



*Una foto di gruppo dei tecnici con il maestro Nakano al centro*



*Yuko Nakano Sensei*



# 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@riscali.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	

*Camere in bungalows in legno, con letti a castello. Comprese 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 ROMA HOTEL** - 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*



## Etruscan Games 2011

# “La Lotta a scuola”

a cura dell'ASD Porta Sole

Perugia – il 15 gennaio '11 l'A.S.D. Porta Sole cultura e sport ha ripreso la sua attività con gli Etruscan Games, un insieme di eventi artistici, culturali e sportivi che prendono ispirazione dagli antichi Giochi.

La cultura dei Giochi Olimpici, Nemei, Istmici e Pitici in Grecia e i Ludi Augustalia, Capitolia, Eusebeia, Olimpici a Roma rappresenta ancor oggi una concezione della vita di grande attualità. I Giochi sono l'espressione di una primeva e universale visione della vita rimasta inalterata nel tempo, che costituisce tutt'ora il fondamento ideale delle moderne Olimpiadi.

I Ludi scandirono la vita dei nostri lontani progenitori, quelle fantastiche genti dell'Era del Bronzo e del Ferro, che crearono la cultura dei popoli del bacino del Mediterraneo, faro di civiltà per l'umanità intera. Egiziani, Greci, Fenici, Ebrei, Etruschi e Romani furono artefici di una sapienza millenaria ricca di contenuti spirituali ed etici, politici e sociali, artistici ed educativi. Gli Etruscan Games 2011 racchiudono in un'unica formula eventi culturali, come rappresentazioni teatrali che rievocano le gesta degli eroi di Olimpia, e lezioni teorico-pratiche che descrivono la storia delle Olimpiadi impartite agli alunni delle scuole primarie e secondarie di primo e secondo grado.

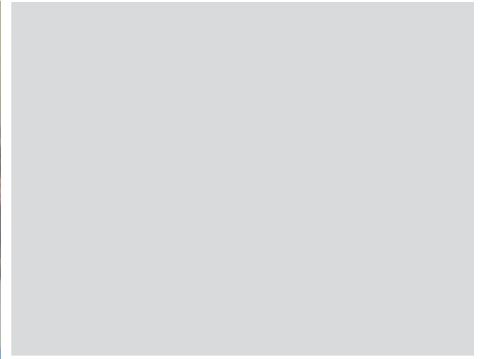
La prima scuola ad aderire al Progetto è stata la scuola secondaria di primo grado “San Paolo”, diretta dalla dr.ssa Antonella Ubaldi su proposta del Presidente dell'A.S.D. Porta Sole Alessandro Lupi.

Le lezioni si sono svolte nella sede distaccata “Ariodante Fabretti”.

Con la collaborazione della prof.ssa Edy Pelagalli, Alessandro Lupi, Michele Rosati e Jon Vrabie hanno spiegato agli alunni delle classi seconde e terze della scuola i fondamentali della lotta olimpica inquadrandole nel più vasto contesto delle antiche Olimpiadi.

Hanno assistito alla manifestazione anche alcune classi della scuola primaria “A. Fabretti” seguite dall'insegnante Rosanna Rita De Cillis. Il fine degli Etruscan Games è quello di porre sul “tappeto”, attraverso l'approfondimento di molteplici problematiche esistenziali, le difficoltà della vita, per affrontarle e risolverle, unendo le risorse del sapere moderno a quelle della saggezza antica.







**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](mailto:fijklkam@ice-srl.it) - telefono: 0586. 425709 - fax 0586. 428951  
Sito federale: [www.fijklkam.it](http://www.fijklkam.it) - Merchandising

# Campioni per campioni

L' A.S.D. FujiYama Velletri ha festeggiato il suo mezzo secolo di vita organizzando il meeting Italia-Russia.

di Leandro Spadari



Mezzo secolo. Tanto tempo è passato da quando l'indimenticabile generale Ezio Evangelisti, con la collaborazione del Maestro Silvano Addamiani e di

pochi altri entusiasti, decise di dar vita a Velletri ad un grande sodalizio sportivo per la pratica e la promozione delle discipline del judo e del karate, che oggi vedono quali insegnanti per la prima i Tecnici Gianluca Serangeli e Alberto D'Ottavio, e per la seconda il Maestro Stefano Travaglini e l'allenatore Carlo Lungarini, e quale presidente Marco Evangelisti, figlio del generale, che da lui ha ereditato passione e capacità organizzativa. Tanto tempo è passato, dicevamo, ed è assai difficile riuscire a dare una sia pur approssimativa idea di quello che oggi l' A.S.D. Fujiyama -tra le Società Sportive partecipanti, lo ricordiamo, all' Assemblée Costituente dell'allora F.I.K.-

rappresenti nel contesto sportivo e sociale del territorio veliterno, e non solo...ma forse basteranno, tra i tanti che si sarebbero potuti eligere, due brevi riferimenti, saltando a piè pari ogni ragguaglio sulle pur numerosissime affermazioni agonistiche ottenute in entrambe le specialità. Il primo è il corso di difesa personale per Vigili Urbani organizzato dal Comune di Colferro (RM) su iniziativa del Sindaco Mario Ciccotti e del locale Comandante del Corpo, Antonella Pacella: un'iniziativa di addestramento e formazione della durata di 6 mesi, di cui si terrà nel 2011 la fase volta a far conseguire ai partecipanti il livello di preparazione di 1° grado, mentre un'edizione per acquisire il grado superiore, docenti Stefano Travaglini e Stefano Fenili, si è conclusa l'anno scorso. Il secondo riferimento è al grande successo tecnico, promozionale e di immagine

ottenuto con uno speciale progetto, pianificato d'intesa con il MIUR, l'IUSM di Tor Vergata, la Scuola dello Sport del CONI, le istituzioni scolastiche veliterno, che ha portato dopo una serie di rilevazioni attuate con le più moderne metodologie scientifiche a far assurgere il judo a materia scolastica ufficiale, quale laboratorio di scienze motorie, con tanto di valutazione pagellare per quasi 300 studenti di entrambi i sessi frequentanti le classi di 1° media. Un risultato, per quanto ci sia dato sapere, semplicemente senza eguali. Ed anche senza eguali è stata la modalità scelta dall' A.S.D. Fujiyama per adeguatamente celebrare questo cinquantesimo genetliaco: con il patrocinio del Comune di Velletri, ben rappresentato dal Consigliere Delegato allo Sport Gianfranco Cestrilli e dal Sindaco Fausto Servadio, della Provincia di Roma e della Regione Lazio, si è svolto infatti, praticamente alla vigilia del Mondiale di Belgrado di fine ottobre u.s., un grande evento agonistico -quale da tempo



Momenti dell'intenso stage tecnico diretto dal professor Pierluigi Aschieri prima dell'incontro agonistico Italia-Russia

non ci era dato assistere- che è stato ospitato nella degna cornice del locale PalaBandinelli e che ha visto assolute protagoniste la Nazionale Italiana e quella della Russia in un esaltante match in due tempi. Innanzitutto ci piace mettere in evidenza la caratura della compagine avversaria, con viaggio e soggiorno, in una splendida tenuta agrituristica veliterna, a totale carico degli intraprendenti e capaci organizzatori, che hanno previsto anche momenti turistici e di simpatica aggregazione con gli Italiani. La squadra, accompagnata dal Chief Coach del Russian National Karate Team, Omar Murtazaliev, dal Capodelegazione Sergey Gulytaev e dall'Arbitro Europeo Classe A Oleg Koshelev, schierava Atleti indubbiamente di prim'ordine, tra i quali citiamo: Elkana Ponomareva, 50 kg, Bronzo al Campionato Mondiale 2008 ed al Campionato Europeo 2009; Marsela Shakirova, 55 kg, Julia Kuklina, 68 kg, e Vera Kovaleva tutte Campionesse Russe 2010; Maria Sobol, 61 kg, Oro al Campionato Mondiale 2008 ed ai World Games 2009; Beslan Gubirov, 60 kg, Bronzo al Campionato Mondiale Universitario 2008; Campione Russo 2010 alla stessa stregua di Alexey Pankratov, 67 kg, Omar Omarov, kg 75, e di Khamit Tebuev; Islamutdin Eldarouchev, 84 kg, Argento al Campionato Mondiale 2008 ed ai World Games 2009. Tra gli Italiani, diverse le presenze di spicco, tra le quali Stefano Maniscalco (FF.GG. + 84 kg.), che ricordiamo tra l'altro Campione Mondiale 2006 e 2008 e Vicecampione Europeo 2009; Luigi Busà (G.S. Forestale, 75 kg) Campione Mondiale 2006, Mondiale Junior 2007 e sempre nel 2007 Campione Europeo Junior e Senior, Bronzo al Campionato Continentale 2010; Michele Giuliani (FF.GG. 60 kg), Campione Europeo 2010; Sara Cardin (ASD Karate Ponte di Piave - TV, 55 kg), Campionessa Europea Junior 2007 e Senior 2010; Roberta Minet (G.S. Forestale, 68 kg), già Campionessa Europea 1997 e 1998; Selene Guglielmi (G.S. Fiamme Oro, 50 kg) nel 2006 Campionessa Mondiale Universitaria e Vicecampionessa Mondiale, Bronzo Europeo 2007. L'incontro agonistico è stato preceduto da un intenso Corso Tecnico della durata di 2 giorni e mezzo diretto dal Professor Pierluigi Aschieri, DT della Nazionale FIJLKAM e dai suoi collaboratori diretti dello Staff Tecnico Nazionale Alessandro Balestrini, Claudio Guazzaroni, Roberta Soderò Il programma svolto ha riguardato sia il kata -presenti anche le Azzurre Sara Battaglia, Viviana Bottaro, Michela Pezzetti- che il kumite, ha visto partecipare gli Atleti delle due Nazionali ed un centinaio circa di Atleti appartenenti per lo più a Società Sportive laziali. Per entrambe le specialità il Corso mirava quale obiettivo didattico allo sviluppo delle rispettive basi tecniche ed alla stabilizzazione del modello tecnico di riferimento, con evidenziazione per la prima dei parametri di gara quali regolamenti e valutazione arbitrale e, per la seconda, con lo sviluppo del pensiero tattico necessario a razionalizzare e modificare i comportamenti nell'ambito del kumite al fine di conseguire una supremazia situazionale sull'avversario. Stefano Travaglini, che nella sua qualità di DT Regionale ha attivamente collaborato allo sviluppo del programma soprattutto per il combattimento, ci ha





dichiarato: "E' stato uno stage di straordinario livello quello tenuto dal Professor Pierluigi Aschieri, con una parte tecnico-didattica di indubbia eccellenza. Si sono potute apprezzare diverse novità metodologiche attinenti, ad esempio, le fasi dello stretching, del recupero, dell'interazione con l'avversario con sviluppo di abilità fondamentali per il successo in gara quali la rapidità e la reattività. Mi piace sottolineare la grande disponibilità con la quale gli Atleti della nostra Nazionale, ed anche di quella russa, si siano resi, senza complessi di... superiorità, disponibili ad interagire con gli Atleti "comuni" per i quali questo stage ha rappresentato un'opportunità di crescita veramente unica." Alla perfetta riuscita dell'incontro agonistico Italia-Russia, conclusivo di tutto l'evento, ha senz'altro contribuito la funzionale sede del Palabandini, allestito per gli incontri con un palco sopraelevato e con riprese in diretta proiettate in contemporanea su di un grande schermo, in modo che il numerosissimo pubblico intervenuto - grazie anche ad una campagna comunicazionale forse senza precedenti, alla quale siamo lieti di aver dato il nostro personale contributo - potesse seguire e apprezzare in ogni dettaglio lo svolgersi dei begli incontri che hanno animato la serata. Presenti tra le Autorità il Professor Giuseppe Pellicone, Vicepresidente Vicario della FIJKAM, il già citato Sindaco di Velletri Fausto Sevadio che ha avuto parole di vivo e sentito elogio per la disciplina del karate ed i suoi valori educativi nonché per gli organizzatori, dichiarando l'Amministrazione da lui presieduta più che disponibile nei confronti di ulteriori patrocini, e l'Addetta Culturale dell'Ambasciata Russa, Valentina Sokolova, che in un ottimo italiano ha sottolineato gli aspetti di sana competizione e di lealtà nel confronto che caratterizzano il karate, auspicando che un rafforzamento dello spirito di amicizia, già ben presente, tra Italiani e Russi potesse essere il risultato più sinceramente auspicabile dell'incontro, incontro di cui riportiamo i risultati per ogni singolo match agilmente susseguitosi in una serata dall'alto valore promozionale per tutto il movimento del karate italiano. E Marco Evangelisti potrebbe con ogni probabilità averci "preso gusto" e riproporre un'iniziativa similare, con la Squadra Nazionale di un altro paese, la Spagna o la Francia, perché no, nel mese di settembre 2011, nell'ambito del grande programma previsto per l'annuale Festa dell'Uva: visti i risultati, non si può che brindare sin d'ora ad una tale eventualità!

La parola allo Sponsor:

### I Valori del Karate

La Noleggio Ponteggi Luciani S.r.l. è una società che vanta un'esperienza trentennale nel settore dell'installazione ponteggi, specializzata nell'allestimento sia di ponteggi a lavorazioni a tubo e giunto che di prefabbricati di qualsiasi tipo. Fornisce ai più diversi clienti quali imprese, comuni, comunità, un servizio completo che va dal montaggio al noleggio, passando altresì per la progettazione di tutto il materiale occorrente al compimento di qualsiasi opera. Un'area di business poi grandemente sviluppata è quella del noleggio di ponteggi. La sua sede legale a Roma, i nuovi uffici a Nettuno, le sedi operative a Velletri, L'Aquila, Marcellinara, tutto ci parla di capacità di confron-



La compagine russa e quella italiana

tarsi con il mercato e di accettarne le sfide, di idee vincenti e di livello imprenditoriale e tecnologico avanzato, per una realtà concreto esempio di un "made in Italy" di successo. Al titolare dottor Antonio Luciani, Main Sponsor dell' ASD Fujiyama per l'incontro Italia-Russia di karate, abbiamo chiesto le sue impressioni sulla manifestazione. *"È stato un grande evento -dichiara convinto- che ha permesso a tutti gli sportivi di Velletri e d'Italia di vedere all'opera alcuni tra i migliori karateki del mondo. Per quanto riguarda la nostra società, spero che il pubblico abbia potuto apprezzare la speciale pedana rialzata per gli incontri e la scenografia, tutta ideata ed allestita da nostro personale."*

**Che cosa Vi ha spinti a sponsorizzare una manifestazione agonistica di karate?**

*"Personalmente ho aderito con entusiasmo all'iniziativa portata avanti dalla ASD Fujiyama, perché pratico lì il karate sin da ragazzo, e da tempo lo praticano in questa palestra anche i miei figli. L'esperienza personale e diretta mi ha fatto apprezzare la serietà e la disciplina che qualunque karateka fa proprie. Lo spirito di sacrificio, l'abituarsi ad affrontare la fatica con lealtà e senza cercare "scorciatoie" sono valori al giorno d'oggi sempre più difficili da trovare, specie in certa gioventù. Penso che il karate possa dare un grande contributo in questa direzione..."*

Girone di Andata Guglielmi-Panamarjeva 0-1; Giuliani-Gubirov, 2-1; Cardin-Shkirova, 4-0; Massa-Pankratov, 3-0; Pasqua-Sobol, 0-1; Busà-Omarov, 5-0; Minet-Kuklina, 1-1; Loria-Eldarushev, 1-1; Vitelli-Kovalyeva, 2-0; Maniscalco-Tibuev, 0-0.

Girone di Ritorno Guglielmi-Panamarjeva 1-4; Giuliani-Gubirov, 6-1; Cardin-Shkirova, 0-0; Massa-Pankratov, 2-1; Pasqua-Sobol, 0-0; Busà-Omarov, 7-6; Minet-Kuklina, 0-0; Loria-Eldarushev, 2-2; Vitelli-Kovalyeva, 4-2; Maniscalco-Tibuev, 3-1

Italia batte Russia 43-22



# Aikido internazionale a San Mauro Torinese

di Marco Rubatto

Il 4, 5 e 6 febbraio scorsi, presso il Dojo Yoshin Ryu di San Mauro Torinese si è svolto il quinto seminar italiano di Aikido tenuto dal M° Patrick Cassidy, 6° dan Aikikai.

Sicuramente sono numerosi i raduni di Aikido che si avvicendano settimanalmente nel nostro Paese, tuttavia quello di cui ora diamo notizia si sta confermando essere negli anni un appuntamento di crescente importanza ed interesse, per gli inediti apporti che si mostra sempre maggiormente in grado di offrire all'arte che pratichiamo.

Patrick Cassidy è un Insegnante professionista, che opera negli Stati Uniti ed in Svizzera - dove risiede - da circa quindici anni. Egli ha ricevuto una rigorosa formazione tecnica in Aikido durante il suo soggiorno di oltre sei anni in Giappone, presso il Dojo del Fondatore dell'Aikido, O' Sensei, Morihei Ueshiba, sotto la diretta supervisione di uno dei Maestri più accreditati e famosi al livello mondiale, ossia Morihiro Saito Sensei, 9° dan Aikikai.

Ma la particolarità di questo evento non è sicuramente stata di carattere tecnico: ogni scuola, infatti, vanta solitamente di riferirsi a Maestri particolarmente accreditati sotto il punto di vista tecnico e didattico.

Una cinquantina di Aikidoka, appartenenti a dodici diverse scuole e provenienti da Torino, Mondovì, Milano, Reggio Emilia, Roma, Lugano, Aosta e dalla stessa Svizzera si sono riuniti per il seminar tenuto da Cassidy Sensei soprattutto grazie al punto qualificante che rende ad oggi unico in Italia un simile evento: a ciascuno è stato chiesto momentaneamente di spogliarsi delle proprie abitudini tecniche e convinzioni più radicate legate alla pratica, al fine di lavorare insieme alla ricerca ed all'esplorazione dei principi e delle ragioni più profonde che spingono ciascuno di noi alla frequenza costante dell'Aikido.

È stato una sorta di "ritorno alle origini", un momento in cui la spontaneità del movimento ha potuto essere paragonata a quella con la quale ogni principiante affronta il tatami per le prime

volte: un'assenza di pregiudizi ed aspettative che consente di essere veri, innovativi e creativi nelle risposte che si replicano all'attacco che ci giunge. Patrick Cassidy si è rivelato un vero trascinatore, capace di condurre il gruppo in una dimensione nella quale è venuto ad assumere più importanza il corretto atteggiamento e proposito, rispetto agli anni di esperienza che ciascuno aveva già potuto maturare in un Dojo.

Qualcosa di realmente disarmante nella sua semplicità e profondità!

Essendo l'Aikido un'arte che non contempla il confronto diretto tramite gara, spesso può accadere che venga "viziata" da idee precostituite che, in un certo senso, possono "ingabbiare" i praticanti: il proprio grado, la scuola tecnica di origine, le consapevolezze che si ritiene di avere definitivamente consolidato...

Tutto ciò è stato serenamente trascorso, nell'ottica di lavorare insieme verso



l'obiettivo di comune interesse di comprendere esperienzialmente, in modo più sottile e naturale possibile, l'esperienza del contatto fisico con gli altri.

Egli ha ricordato che nella visione olistica dell'Aikido il proprio partner non è previsto venga considerato "qualcuno da abbattere" con una tecnica micidiale, quanto un compagno di "strada" che può fornirci informazioni preziose ed indispensabili per il nostro stesso evolvere personale.

Tuttavia la marzialità, che pareva non essere il focus principale del lavoro, è riemersa spontaneamente da un lavoro sottile di connessione con il partner attaccante...

È stato possibile notare una sorta di volontà di "auto-atterrarsi" da parte di quegli "aggressori" che non trovavano più un "aggredito" che stesse al loro gioco vittima-carnefice.

La connessione con il partner è stata così utilizzata per creare un momento di armonia e pace, anche all'interno di una zona di conflittualità (l'azione aggressiva di attacco stessa), e ciascun partecipante è stato invitato a riflettere su quanto questo principio sia applicabile con efficacia anche a situazioni conflittuali di vita quotidiana che vanno ben al di là del tempo trascorso sul tatami.

In poche parole: sviluppo di una capacità sana di stare sotto la pressione di un attacco, senza diventarne passivamente succubi o vittime, ma mantenendo una focalizzazione centrata e attiva, che permette di essere presenti alla situazione, efficaci nel rispondere, senza bisogno di replicare con aggressività alla violenza.

Un'esperienza veramente costruttiva, utile e da ripetere. Patrick Cassidy sarà nuovamente in Italia, nello stesso Dojo e nello stesso periodo del calendario anche l'anno prossimo.

Lo Yoshin Ryu Aiki Dojo di San Mauro Torinese (e ora anche lo Yama Arashi Aiki Dojo di Volpiano) da tempo, anche grazie alla organizzazione, cura e realizzazione di eventi di questa portata, stanno conducendo una campagna di sensibilizzazione e divulgazione della pratica e dei principi dell'Aikido sul territorio piemontese, anche grazie ad "Aikime" ([www.aikime.blogspot.com](http://www.aikime.blogspot.com)) il Blog da essi curato sul Web, che ha saputo in poco più di tre anni divenire un punto di riferimento qualificato e seguito per la ricerca, lo scambio e la collaborazione nel mondo dell'Aikido su tutto il territorio nazionale.

In merito a nuove occasioni di pratica collettiva, esplorativa, inedita e coraggiosa che sappia offrire ulteriori spunti di riflessione interessanti per i praticanti di Aikido, è già stato programmato un calendario di seminar dai M° Rubatto e M° Ramazzin, di cui il quarto avverrà in Lombardia nel Dojo l'A.K.R. Takemusu Aikido di Arluno, il 6 marzo 2011... e durante il quale verrà, in un certo senso, condiviso e continuato il prezioso lavoro introdotto da Patrick Cassidy a San Mauro Torinese. Sarà il benvenuto chi vorrà condividere questa avventura tradizionale e pionieristica al contempo!







# Accordi e Progetti nell'attività del Trentino Alto Adige

di Enzo De Denaro

Quadri federali uniti in Trentino Alto Adige, nella sala polivalente della Circostrizione dell'Argentario a Cognola di Trento, per il Corso di Aggiornamento Insegnanti Tecnici FIJLKAM che ha radunato 110 tecnici dei settori judo, karate e lotta. Peculiarità dell'evento il "Progetto Sport a Scuola" promosso dalla Fijlkam e che ha coniugato gli obiettivi dei Comitati delle Province Autonome di Trento e Bolzano. La lunga esperienza sul campo della collaborazione con le Amministrazioni Comunali locali nel progetto "Giosport", volto alla promozione delle diverse discipline sportive nelle scuole primarie e secondarie del territorio, ha fatto trovare un terreno fertile alle finalità del progetto federale ed una sensibilità importante da parte dei tecnici. Il Dottor Dario Piccoli, medico pediatra operante a Trento, ha svolto l'intervento di apertura analizzando i principali temi inerenti le problematiche infantili, mentre il Professor Aldo Genovese, neuropsichiatra, Direttore del Centro Disturbi Comportamento Alimentari della Azienda Sanitaria Locale della Provincia di Trento, è entrato nel merito delle tematiche progettuali dalla Federazione. A seguire, il Professor Renato Pegoretti, Presidente del Consiglio Comunale, già Assessore all'Istruzione e Sport del Comune di Trento, è intervenuto in qualità di esperto sul tema scolastico e promotore di un progetto d'inserimento dello sport nella scuola primaria e secondaria di 1° grado, ha illustrato la normativa della Provincia Autonoma di Trento in materia scolastica con riferimento alla legislazione nazionale, descrivendone modalità esecutive e programmatiche. Chiusura della prima parte con il Professor Pierluigi Aschieri, Direttore Tecnico della Nazionale di Karate, Direttore Tecnico Nazionale Settore Karate, Docente del Corso di Specializzazione in Medicina dello Sport presso l'Università La Sapienza di Roma e Docente presso la Facoltà di Scienze Motorie dell'Università di Urbino, in qualità di docente federale. La sua relazione ha presentato ai tecnici il tema specifico riguardante il "Progetto Sport a Scuola", che la FIJLKAM ha redatto sulla base delle direttive CONI-MIUR inerenti le Attività Motorie Generali e Specifiche per la scuola primaria e secondaria. La relazione del professor Aschieri è stata ascoltata anche dal Presidente del CONI Provinciale, Giorgio Torgler, che ha proposto la realizzazione di un seminario ad hoc da tenere nel prossimo autunno con l'organizzazione del CONI Trentino. La seconda parte del corso si è tenuta nella Palestra dell'Istituto Comprensivo di scuola primaria e secondaria di 1° grado "Johannes Amius Comenius" di Cognola per la parte pratica. L'introduzione del Professor Aschieri ha illustrato le modalità di intervento con attrezzature specifiche per l'attività scolastica, ed il Professor Riccardo Caldarelli, maestro di judo, docente Federale e docente all'Università degli Studi in Scienze Motorie di Milano nel corso di "Metodi e Didattiche delle Attività Sportive", ha svolto la parte applicativa del Progetto, coinvolgendo "sul campo" i tecnici, che hanno apprezzato ed espresso il plauso all'intervento. Bi-



*L'Assemblea dei tecnici*



*L'intervento del Presidente Coni Trentino Giorgio Torgler*

lancio positivo dunque, per un'esperienza che per tipologia e livello degli interventi ha raggiunto lo scopo di aggiornare i tecnici su una materia specifica, di stringente attualità per le politiche federali, oltre che quelle più ampie che coinvolgono i massimi organismi politici e sportivi. Il corso di aggiornamento congiunto non è stato tuttavia l'unica novità per le attività territoriali. È stato recentemente siglato infatti, l'accordo territoriale tra il Comitato FIJKAM della Provincia Autonoma di Trento e il Comitato Nazionale Sportivo Libertas della Provincia Autonoma di Trento, attraverso il quale sono stati fissati i termini della collaborazione nell'attività di promozione delle discipline comuni. L'accordo applica la Convenzione stipulata a livello nazionale da FIJKAM e LIBERTAS, ma approfondisce l'esigenza di regolamentare capillarmente l'attività locale, esigenza pressante e improrogabile in considerazione alla crescente partecipazione delle società e dei tesserati FIJKAM alle attività degli Enti di Promozione convenzionati presenti sul territorio. Proprio per evitare sconvenienti sovrapposizioni di iniziative e manifestazioni, si è voluto rinforzare il proposito di rispettare le direttive della Convenzione Nazionale ed il calendario federale, con lo scopo di promuovere lo sport e soddisfare le esigenze dell'utenza nel miglior modo e con i migliori risultati possibili. L'intuizione sviluppata a livello locale ha incontrato il feedback positivo degli Uffici Centrali, sempre sensibili e attenti alle istanze della periferia, in particolare nei rapporti Federazione-EPS. L'auspicio ovviamente, è che da questa collaborazione territoriale si evolva in direzione di una più ampia e coordinata attività di promozione delle discipline federali.



*La presentazione dei docenti*



*La presentazione del prof. Pierluigi Aschieri*

# Judo tradizionale e Judo Sport: lo stesso Judo?

(2ª parte)

di Pio Gaddi

## Il Judo Sport

Ma nel dopoguerra la sua diffusione aumentò esponenzialmente, tanto che nel 1951 si svolse a Parigi il 1° Campionato d'Europa, poi nel 1958 il 1° Mondiale a Tokyo, e nel 1964 la prima 1a Olimpiade a Tokyo. Cominciò così un percorso evolutivo nel suo modo di essere, sia in ragione dei tanti stimoli venuti dalle competizioni, che dei conseguenti e progressivi cambiamenti nell'insegnamento dovuti a soddisfare le esigenze del *Judo "Sport"*, fortemente motivati dall'interesse crescente per le prestigiose "Medaglie" Olimpiche, Mondiali, ecc. Nel *Judo Sport* l'atleta progressivamente poneva pertanto sopra ogni altro fine la vincita di una medaglia, perciò una finalità ben diversa dal Judo tradizionale, e ciò lo portò rapidamente a sfruttare ogni piega del regolamento per vincere ogni suo incontro. Pur di non perdere, o pur di vincere di misura, contro un avversario più forte tecnicamente, gli atleti hanno usato e usano ogni mezzo lecito, inventando tatticismi di ogni tipo che la Federazione Internazionale di Judo ha cercato di contrastare modificando le regole di gara, ma con tempi sempre più lunghi e pertanto meno efficaci, tanto da passare da gare brillanti, con molti *Ippon* che rendevano accettabili i pochi momenti brutti nei Campionati fino a metà degli anni '70, per progressivamente passare a gare dove i rari *Ippon*, e non sempre splendidi, sottolineavano ormai soltanto i lunghi momenti brutti e noiosi della gara.

### Le Regole di gara da migliorare

Durante i mondiali di Tokyo 2010, la mia innata "curiosità" (o meglio passione per il Judo) mi ha spinto ad analizzare gli aspetti negativi presenti nel *Judo Sport*, dedicando un giorno di osservazione e monitoraggio per ogni importante problematica, (secondo me finora irrisolta), ad esempio annotando le negatività, cronometrando i tempi o contando le azioni senza risultato.

Le problematiche che hanno necessità di particolare attenzione e modifica, tralasciando i problemi minori correlati, si possono riassumere nei punti che seguono:

#### 1) Le "facili" uscite dall'area di combattimento.

Non essendovi per ovvi motivi dei limiti invalicabili ai limiti dell'area di combattimento (come le corde di un ring di pugilato, o una parete quadrata intorno all'area di gara che impedisca materialmente l'uscita), nel tempo furono escogitati vari deterrenti, come una larga striscia per avvertire i combattenti che erano al limite, severe sanzioni per le uscite ingiustificate, ecc.

Ma il problema in realtà è rimasto irrisolto, perché con le regole attuali un atleta può oggi passeggiare tranquillamente sul limite, purché l'altro abbia almeno un piede dentro, e l'arbitro ferma il combattimento solo quando sono entrambi fuori, e dà una sanzione lieve solo se non c'è stato attacco durante l'uscita!

Il record delle uscite è stato, il giorno che ho seguito tutto il giorno un tatami, di ben 16 uscite dall'area (media: una ogni 20"). Si vede che gli 8m x 8m gli stavano proprio stretti! Andrà a finire che il pubblico ignaro, un giorno comincerà a credere che l'area di combattimento è il bordo, e non il centro area!

#### 2) Le interruzioni del combattimento (*Matte, Hajime*).

Le interruzioni del combattimento, oltre che per le facili uscite, sono determinate dagli attacchi di tecniche che dovrebbero essere eseguite stando in piedi e che oggi per ovvi motivi vengono eseguite quasi tutte gettandosi a terra (nella speranza di trascinare l'avversario a terra, per evitare un contrattacco, se al limite dell'area per uscire facilmente ed ottenere il *Matte*, per rompere il ritmo degli attacchi dell'avversario o la sua preparazione di un attacco, ecc.). Pertanto oggi, gettarsi a terra eseguendo più o meno sinceramente un attacco, dentro o fuori dell'area di combattimento, fa parte integrante della tattica di un atleta durante



SERVIZI



Roma 1963-Tai otoshi



Olimpiadi 1988



il combattimento.

Insomma sta accadendo che le parti si sono invertite, e chi deve volare e cadere a terra non è più l'avversario, ma chi attacca. Bah!

Nel giorno, dedicato a questo problema, il record è stato di 22 Matte, escluso il *Sore Made*, ed il tempo totale del combattimento (5') e interruzioni è stato di 11' 07".

Perciò sono durate di più le interruzioni che il combattimento!

Ne consegue che non solo le regole attuali non hanno risolto questo problema, ma è anzi certo che un combattimento così spezzettato e senza senso, non può essere considerato assolutamente una promozione per il *Judo*!

Tra le interruzioni più significative, ho notato che vi sono state molte che riguardavano il non proseguimento in lotta a terra degli atleti, o della interruzione piuttosto rapida della lotta a terra da parte dell'arbitro, se non si arrivava rapidamente a un risultato di *Osaekomi*.

Ne consegue ovviamente che sono praticamente quasi spariti leve e strangolamenti, anche perché per realizzarli occorre un certo tempo di lavoro a terra!

**3) I "risultati" in gara oggi : *Ippon*, *Waza ari* (quasi *Ippon*), *Yuko* (quasi *Waza ari*).** All'inizio delle competizioni di Judo, c'erano soltanto i risultati di *Ippon* e di *Waza ari* (quasi *Ippon*), e quest'ultimo, se ripetuto dallo stesso atleta, si poteva sommare al precedente e dare *Waza ari awasete Ippon*, e porre fine al combattimento. Poi, durante i Mondiali di Ludwighafen nel 1971, ci fu il caso clamoroso della terza arbitrale che dimenticò un *Waza ari* per un atleta e la vittoria fu assegnata all'avversario. Nacque così il Tabellone Gara dove registrare risultati e penalità, risultatichè in breve tempo si arricchirono di due risultati minori: *Yuko* (quasi *Waza ari*) e *Koka* (quasi *Yuko*).

Qui nacquero le prime gravi incongruenze:

- 2 *Waza ari* si potevano sommare e dare *Ippon*, ma 2 *Yuko* non potevano sommarsi per dare 1 *Waza ari*, né 2 *Koka* davano 1 *Yuko*! Due pesi e due misure, con due norme o principi diversi tra risultati che erano però tutti dei risultati parziali!
- Inoltre sul Tabellone non appariva, e non appare, il punteggio totale di ogni atleta (Esempio per il Bianco: 1 *Waza ari* = 4 p. + 1 *Yuko* = 2 p. totale = 6 punti per il Bianco, contro i 0 Punti per il Blu), ma tutti i punteggi sono distinti, e perciò il loro valore è incomprensibile al profano.
- Un combattimento di *Fuji* (Giappone) da me arbitrato alle Spartakiadi di Mosca nel 1979 registrò: 1 *Waza ari* + 4 *Yuko* + 6 *Koka* per *Fuji* e 0 risultati per l'avversario!
- Oggi il *Koka* è stato abolito (con quale vantaggio?), ma restano sempre i principi diversi per la somma tra i risultati parziali, che restano senza una logica accettabile.

Che il pubblico profano possa capire e seguire queste acrobazie delle regole, è decisamente un ottimismo infondato e smentito dai luoghi gara vuoti di pubblico!

**4) Le penalità oggi: *Hansoku make* e *Shido*.**

All'inizio le penalità previste erano due: *Hansoku make* squalifica (equivalente a *Ippon* negativo) e *Keikoku* avvertimento ufficiale (equivalente a *Waza ari* negativo). Due *keikoku* comportavano la Squalifica, *Hansoku make*.

Con l'introduzione del Tabellone e poi dei due risultati di *Yuko* e *Koka*, anche alle penalità si aggiunsero gli equivalenti *Chui* Richiamo e *Shido* Avviso.

Anche qui l'incongruenza era ed è, ancora oggi, nei principi di applicazione:

- Le penalità si applicavano con progressiva gravità: dopo *Shido* la seguente doveva essere almeno *Chui*, fino all'*Hansoku make*, perciò penalità inferiori che si sommano, mentre i risultati inferiori non si sommano.
- Oggi se un'atleta prende uno *Shido* deve totalizzarne ben 4 (!) per riceve-



Roma 1963-Sasae tsuri komi ashi



Europei 1958



Milano 1963-Ashi gatame



re la Squalifica, contrariamente al famoso principio "la prima si perdona la seconda si bastona"! Però oggi bisogna arrivare alla quarta per "bastonare"! Non è ridicolo questo eccessivo buonismo?

- Pur essendovi dei riferimenti di tempo precisi nelle regole per le prese proibite (5"), per la "non combattività" (25"), ecc. nessun arbitro applica alla lettera queste norme, con tempi che tranquillamente si raddoppiano e anche di più. Il record è stato di 2' e 57" per una "non combattività"!
- Per non parlare dei "falsi attacchi", specie in *Sutemi* che, nel giorno di gara che ho dedicato a questa infrazione ha totalizzato un record di 11 attacchi completamente inefficaci, tra tecniche in piedi e tecniche in *Sutemi*, e 1 solo *Shido* dato dall'Arbitro!

Diciamo soltanto che anche nelle penalità sicuramente non quadrano molte cose, sia come efficacia deterrente, che come logica di applicazione delle sanzioni.

### 5) Comprensione per il pubblico dei punteggi e penalità

Già nel 2005 ai Mondiali del Cairo, presentai un progetto generale per incentivare i combattenti "a fare più Judo" e meno tattica, e rendere le gare di Judo più comprensibili per il pubblico. Ma sembra che non abbia interessato nessuno!

Per il problema comprensione del pubblico per ciò che accade sul *tatami*, la soluzione allora da me presentata prevedeva un tabellone diviso in due semplici zone verticali: una per il combattente con il judogi BLU e una per il combattente con il judogi BIANCO, con due grandi numeri rappresentati il punteggio ottenuto dai due atleti.

La proposta per ogni risultato, nel 2005 era: che l'Arbitro avrebbe assegnato il punteggio allungando lateralmente un braccio disteso, con la fascia del colore del combattente a cui si riferiva, e dal pugno chiuso alzava l'indice in alto per *Koka* (1 punto), o l'indice e il medio per *Yuko* (2 punti), quattro dita eccetto il pollice per *Waza ari* (4 punti), e il braccio disteso in alto, come sempre, per *Ippon* (10 punti), ma con gli annunci dell'arbitro in giapponese in omaggio alla tradizione.

Il combattente che totalizzava per primo 10 punti, vinceva il combattimento per "Ippon tecnico".

I segnali sarebbero stati chiaramente visibili e di valore comprensibile anche per un bambino,

Per le penalità l'Arbitro avrebbe indicato il combattente da penalizzare con il braccio, con la fascia corrispondente, teso e l'indice disteso, e, con l'annuncio della sanzione in giapponese, mentre l'altro braccio mostrava con le dita il punteggio corrispondente accreditato all'avversario.

Perciò sul tabellone soltanto 2 grandi numeri, che indicano chiaramente chi era in vantaggio, con in basso l'indicazione delle sanzioni annunciate e gli interventi medici.

Tutti avrebbero cominciato a capire il valore dei vari risultati, non si avrebbero più equivoci sull'assegnazione del risultato (bracciale Blu o Bianco), tutto sarebbe stato più semplice e chiaro.

Segnali, annunci e tabellone più chiari e comprensibili per tutti!

Perché no?! Mistero.

Finora non sono state intraprese iniziative concrete per risolvere tutte queste problematiche, ma sono state effettuate ogni tanto piccole modifiche di poco conto che non risolvono alla radi-



Olimpiadi 1972



Olimpiadi 1976

Olimpiadi 1980





ce il problema.

Le mie critiche sono state sempre espresse per evidenziare le problematiche di questa progressiva involuzione negativa nel Judo Sport. Ma non limitandomi a delle facili e sterili critiche, ma corredandole di suggerimenti presentati sotto forma di proposte, in armonia con il judo tradizionale, e da considerare come punto di partenza per soluzioni più ottimali ed efficaci.

Realizzare una revisione globale delle regole, sarebbe un progetto stupendo e costruttivo per rendere le competizioni di Judo certamente più piacevoli a vedersi, e più rispondenti alle finalità originarie di questa disciplina. Un progetto che sarà però realizzabile soltanto da chi ha titoli per farlo, e che affronti il problema con impegno, con coraggio e con persone di esperienza in materia, che può essere soltanto la Federazione Internazionale di Judo, che ha tale autorità e tecnici idonei per realizzarlo.

Con simili modifiche delle regole, il pubblico potrà assistere sicuramente a combattimenti più "vivaci", più "combattuti" e molto più comprensibili e facili da seguire

E siamo certi che tutto ciò ridarà nuovo smalto e credibilità a questa magnifica disciplina di combattimento, nella sua espressione più conosciuta: il Judo Sport. E forse allora, anche il serio ritratto di Jigoro Kano nelle nostre palestre, tornerà a sorridere rivedendo il suo Judo!

*Nota alle foto: Le tecniche di proiezione stroboscopiche sono eseguite da Addamiani e Gaddi (Roma, 1963).*

Roma 1963 - O uchi gari



Roma 1963-Sasae tsuri komi ashi



Roma 1963-Ippon seoi nage 2



Roma 1963-Ko uchi gari Sutemi 2

# La “prima volta” di Tiziana....

Breve intervista a Tiziana Costa, grande agonista di Kata negli anni '90, al suo esordio come Docente al XXI Corso di Karate Tradizionale di Follonica.

di Leandro Spadari

A Tiziana Costa, ed alle formidabili imprese da lei compiute nel kata negli anni dal '91 al '97

-tra le quali ricordiamo, di squadra, l'Argento Mondiale a Kota Kinabalu (Malaysia) nel '94 e gli Ori dell'Europeo di Tenerife (Spagna) e della Coppa del Mondo di Manila, entrambi del '97; a livello individuale, l'Oro del '92 alla Coppa del Mediterraneo di Alessandria d'Egitto e l'affermazione al Campionato Mondiale Universitario che le valse l'onorificenza di Medaglia d'Oro al Valor Militare- abbiamo avuto il piacere di dedicare in passato uno specifico e documentato articolo (ATHLON, n. 11-12/2007).

Già esponente di punta del GS Fiamme Oro, ha ricoperto in passato in seno al Comitato Regionale Toscana della FIJKAM la carica di responsabile del Settore Kata Femminile per tutti gli stili. Oggi è Assessore allo Sport e Politiche Giovanili del Comune toscano di Gambassi Terme. Tiziana ha rappresentato una delle “novità” del Corso di Karate Tradizionale di Follonica, edizione 2010, in sostituzione del Maestro Giuseppe Zaccaro, impossibilitato a prestare la sua appassionata e preziosa opera per lo stile shito. Preceduti da una cronaca dell'evento a firma del Tecnico Piermario Brami, abbiamo voluto qui concentrarci sul dare brevemente la parola a Tiziana per parlare di questa sua esperienza, riservandoci magari in altre occasioni di dedicare dello spazio anche alle altre parti innovative del programma, senz'altro del pari meritevoli, svolte rispettivamente dal Maestro Alfredo Gufoni, Consulente del Presidente Federale e Direttore del Corso, che ha proposto “Tecniche di karate reale”, e dal Maestro Franco Penna -che in atto ricopre la prestigiosa carica di Direttore Sportivo dell'Unione delle Federazioni Mediterranee di Karate-, con “Opposizioni interattive ed aspetti teorici per gli esami federali”.

“ Per lo shito-ryu –ci dice Tiziana con la sua sciolta parlantina e la sua simpatica verve, tutta toscana– come per gli altri stili è stato svolto come noto il programma di esame federale comprensivo dal 1° al 6° dan. Il lavoro è stato suddiviso tra me ed il Maestro Pippo Salerno, nei cui confronti colgo l'occasione rappresentata da questa intervista per rivolgere un sincero apprezzamento. Le mie lezioni, in particolare, hanno avuto ad oggetto 3 kata, Seipai, Nipaipo, Suparinpei. Quest'ultimo è il mio kata preferito, oserei dire adorato, nella cui gestualità mi sono formata con gli insegnamenti del grande capostipite Teruo Hayashi, insegnamenti che ho cercato di trasmettere nel corso, giacchè certi aspetti del Kata, vuoi per esigenze di gara, vuoi per l'evoluzione dei regolamenti arbitrali, negli anni si sono andati un po' perdendo. Sono stata contentissima di mettermi alla prova con questa esperienza di Follonica, anche da un punto di vista di “sfida” personale: smentire quanti asseriscono che l'essere stati Atleti, sia pur di livello, per diverso tempo non consentirebbe di essere poi degli altrettanto validi Maestri !...”

**E nella veste di Maestra come ti sei gestita, come hai cercato di stabilire una relazione efficace con i Corsisti?**





*"Mi sono impegnata tanto. Ovviamente non conoscevo tutti gli allievi, e questo poteva rappresentare un handicap iniziale, ma ho cercato di dare il meglio di me stessa, di trasmettere tutta la passione che mi anima, di entrare in sintonia da subito con tutti, sviluppando una reale empatia con i praticanti, di qualunque età fossero. E devo dire che tutti, pur essendo l'esecuzione e l'interpretazione alquanto disomogenee, hanno dato a loro volta il meglio di se stessi, riuscendo a trasmettermi le loro emozioni: il patto implicito era che io dessi, ma che anche gli altri dovessero dare, con la stessa, identica passione. Se metti chi hai di fronte nella condizione di partecipare effettivamente e di tirare fuori il meglio di se stesso, se riesci a trasmettere passione, l'allievo non potrà rimanere indifferente: imparerà prima e meglio ed il tuo insegnamento gli resterà –ne sono certa– per sempre impresso."*

**C'è stato un momento tra i tanti vissuti a Follonica che magari ti piace particolarmente ricordare?**

*"Mi è capitato di sentire alcuni Maestri che, riferendosi a me, dicevano ai loro allievi: "mettiti vicino a lei e fa' esattamente tutto quello che fa lei"...Ecco, l'essere diventata in qualche modo un simbolo positivo, un modello, mi ha fatto un enorme piacere, sia come persona che come docente e mi ha fatto sentire al tempo stesso tutta la responsabilità che avevo sulle spalle."*

**E se il prossimo anno venissi richiamata per l'esperienza di Follonica? Hai maturato qualche idea, qualche spunto che ti sentiresti in futuro di proporre?**

*"Se dovessi essere richiamata la cosa non potrebbe che lusingarmi, sono sincera. Il programma validato ad oggi dalla Federazione è in massima parte sperimentato e senz'altro confacente alle aspettative dei partecipanti. Potrei pensare alla proposta di stimoli ulteriori, ad esempio, sulla parte applicativa dei kata...ma, per poter avanzare una proposta di qualsiasi tipo, sarebbe necessario poter prendere attivamente parte alla fase progettuale del Corso, nel momento cioè in cui si individuano obiettivi, tempi e contenuti didattici."*

Grazie Tiziana. A presto!





# 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
09-10	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)

29/04 01/05	L	Campionato del Mediterraneo - SE SL/GR/Femm.	Alessandria (EGY)
30	L	Campionato Italiano Cadetti GR	Lido di Ostia/RM
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)
07	J	Trofeo Int. Città di Valenza	Valenza Po/AL
08	J	Trofeo Int. Città dell'Aquila (Trofeo Italia)	L'Aquila
14-15	J	World Cup Cairo - M/F	Il Cairo (EGY)
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	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'Autria" CA Femm.	Gotzis (AUT)
04	L	8° Memorial "Mauro Savron" SL/Femm.	Trieste
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	Trabzon (TUR)
10-11	L	Torneo Int. "Coupe R. Martinetti" CA SL	Martigny (SWI)
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
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'Autria - JU - M/F	Salisburgo (AUT)
20	J	Campionato Mondiale Kata - M/F	Sharm El Sheik (EGY)
21-26	L	Campionato Europeo JU SL/GR/Femm.	Zrenjanin (SRB)
22	J	Campionato Mondiale Master - M/F	Sharm El Sheik (EGY)
25-26	J	Campionato Europeo Cadetti	Cottonera (MLT)
LUGLIO			
02-03	J	Torneo Int. Città di Ventimiglia	Ventimiglia/IM
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)
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)



# calendario interdisciplinare 2011

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

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	Monteruscio/NA
17	J	Campionato Italiano a Squadre JU/SE - M/F	Lido di Ostia/RM
17-18	J	Grand Prix Qingdao - M/F	Qingdao (CHN)
18	J	Campionato Italiano a Squadre CA - M/F	Lido di Ostia/RM

## SETTEMBRE

02-04	K	20° Campionato del Mediterraneo Cadetti/Juniores - 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/Juniores - M/F 1° Campionato Mondiale Under 21 - M/F	Maleka (MSA)
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	J	XXX Torneo Int. "Trofeo Milone" - SE GR/Femm.	Lido di Ostia/RM
29-30	L	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



**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

