



L'INIZIATIVA

"Fight Like a Girl", corsi gratuiti di arti marziali per bambine e ragazze in 250 palestre in Italia



Fighting: tutte le notizie



Parte oggi la campagna Fijlkam per incentivare la pratica sportiva femminile negli sport da combattimento superando pregiudizi e stereotipi: le nuove iscritte avranno a disposizione due mesi gratuiti per poter sperimentare judo, lotta, karate e arti marziali

11 aprile - MILANO

Chi l'ha detto che le arti marziali sono sport da uomini? In Italia il 75% di chi pratica sport da combattimento è di sesso maschile, ma questo non ha impedito al restante 25% di farsi strada a suon di successi. Su 5 medaglie olimpiche conquistate a Tokyo 2020 nel judo, nella lotta e nel karate, 3 sono arrivate da donne: i bronzi di Viviana Bottaro, Maria Centracchio e Odette Giuffrida. Purtroppo, gli stereotipi di genere riguardo alla pratica delle arti marziali ancora oggi persistono e troppo spesso allontanano bambine e ragazze da discipline affascinanti ed educative. Come 'combatterli'? La Fijlkam lancia il progetto "Fight Like a Girl", la campagna volta a incentivare la pratica sportiva femminile superando pregiudizi e stereotipi: "Non esistono sport maschili o femminili. Esiste lo sport e chiunque può praticarlo - dichiara Massimiliano Benucci, Segretario Generale Fijlkam -. Per noi, è molto importante diffondere i valori sani dello sport nella sua integrità, a prescindere dal genere e dalla

Ultim'ora

Tutte le notizie

G+

- 10:04 VIDEO - Pelinka sull'esonero di Vogel: "Serviva un nuovo leader"
- 10:01 ALLENAMENTO - Berrettini: la scelta tra basket, judo e tennis e poi il mental coach e la nuova fiamma

Vedi alti


Non perderti le **Newsletter** di Gazzetta
PROVALE SUBITO

LA CAMPAGNA– Questa iniziativa rappresenta un investimento da cogliere ed incentivare nel tempo, per poter costruire una proposta rivolta alla pratica femminile delle nostre discipline più attenta e consapevole. Rivolto alle atlete dai 5 ai 20 anni (nate tra il 2017 ed il 2002) , il progetto si colloca all'interno delle attività di finanziamento di Sport e Salute e delle Federazioni Sportive Nazionali volte ad incentivare l'accesso allo sport, in particolare a seguito delle restrizioni conseguenti alla Pandemia che hanno messo a dura prova lo sport di base ed il lavoro svolto da tutte le Società Sportive sul territorio. A Fight Like a Girl hanno aderito circa 250 palestre in tutta Italia, consultabili [sul sito Fijlkam cliccando qui](#). Le nuove iscritte avranno a disposizione due mesi gratuiti per poter sperimentare judo, lotta, karate e arti marziali.



Commenta
per primo

LEGGI ANCHE


 Grand Slam Antalya, Lombardo
show: è d'argento al debutto nei 73
kg

**GS Antalya, Lombardo
show**



GS Antalya, Giuffrida bronzo 52kg



 Odette Giuffrida (a destra), bronzo a Tokyo 2020 nel judo


Odette Giuffrida (a destra), bronzo a Tokyo 2020 nel judo

I VOLT– La Fijlkam, per mutuare al meglio le proprie iniziative, si è affidata all'esperienza in ambito Generazione Z di One Shot Agency, l'agenzia italiana specializzata nel management e nella comunicazione digital. Protagoniste della nuova campagna social sono quattro giovani talent parte del roster di questa agenzia: Valeria Vedovatti, Roberta Zacchero, Jennifer Preda ed Elena Sofia Picone. Attraverso i loro profili Instagram e TikTok, le influencer racconteranno



Scopri gli esclusivi prodotti di Gazzetta Store!

di tutti i valori positivi degli sport promossi dalla Fijlkam. Ognuna di loro, con il proprio stile unico, si impegna nella "lotta" agli stereotipi per motivare le ragazze a provare gli sport da combattimento come stimolo personale a migliorarsi sotto ogni punto di vista. Un progetto che mira dunque a spronare le giovani a praticare nuove discipline, ma soprattutto a combattere i pregiudizi e quindi a sensibilizzare le persone sugli stereotipi ancora troppo frequenti nel linguaggio di tutti i giorni. "Le nostre talent sono entusiaste di poter lavorare alla diffusione di questo progetto in cui credono con convinzione – sottolinea Benedetta Balestri, Managing Director di One Shot Agency -. Come sempre abbiamo lasciato spazio alla loro creatività individuale e insieme abbiamo costruito una campagna che speriamo possa far lievitare le iscrizioni nelle palestre di nuove promesse degli sport da combattimento".

 Viviana Bottaro, bronzo olimpico a Tokyo 2020 nel kata

Viviana Bottaro, bronzo olimpico a Tokyo 2020 nel kata

LE CAMPIONESSE– Perché iniziare a praticare uno sport da combattimento? Chi meglio delle medagliate olimpiche può dare la giusta risposta. "Perché il Karate è un'arte marziale completa - spiega Viviana Bottaro -, nella quale si allenano sia gli arti inferiori che superiori, le proiezioni, il contatto, le forme. Inoltre per una ragazza incrementa la sicurezza: gli allenamenti tecnici aumentano la percezione del proprio corpo e con le tecniche di autodifesa sarete più sicure! Grazie poi agli aspetti più spirituali crescerete nel vostro sviluppo come individui e come donne". "A tutte le ragazze che volessero approcciarsi al Judo consiglio di intraprendere questa strada perché è uno sport molto bello, fatto di molte esperienze e molte conoscenze - assicura Maria Centracchio-. Ti permette di ampliare la tua visione della vita e di canalizzare le tue energie, ti aiuta a conoscere il tuo corpo e, perché no, anche a sapersi difendere". "Chiunque dovrebbe cominciare il Judo per la sua completezza motoria e per la formazione caratteriale - conclude Odette Giuffrida -. Al di là delle emozioni sul tatami, come lo stare scalzi, le prese, il lottare, ci sono i valori che questa disciplina trasmette e che



Gasport

11 aprile - 18:35

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Commenta per primo

Lascia il tuo commento

POTRESTI ESSERTI PERSO

"Fight Like a Girl", corsi gratuiti di arti marziali per bambine e ragazze in 250 palestre in Italia



Grand Slam Antalya, Lombardo show: è d'argento al debutto nei 73 kg

Europei, Rinaldi: una rimonta super. Conquista bronzo nei 76 kg

"Fight Like a Girl", corsi gratuiti di arti marziali per bambine e ragaz...

Grand Slam Antalya, Lombardo show: è d'argento al debutto nei 73 kg

Europei, Rinaldi: una rimonta super. Conquista il bronzo nei 76 kg

ANNUNCI PPN

RCS MediaGroup S.p.A.

Via Angelo Rizzoli, 8 - 20132 Milano.

Copyright 2021 © Tutti i diritti riservati. CF, Partita I.V.A. e Iscrizione al Registro delle Imprese di Milano n.12086540155. R.E.A. di Milano: 1524326 Capitale sociale € 270.000.000,00 ISSN 2499-3093

Sito del Gruppo RCS

- Abitare
- Amica
- CheAutoCompro
- Corriere della Sera
- Iodonna
- Living
- Oggi
- RCS Academy Sport
- Quimamme
- Doveviaggi
- Style
- El Mundo
- Marca
- Codici sconto
- Comparazione prezzi

Corporate

- RCS Mediagroup
- Fondazione Corriere
- Fondazione Cannavò
- Per pubblicità: CAIRORCS
- MEDIA SpA

Links utili

- Sitemap
- Redazione
- Cookie policy e privacy