

ATHLON

No. 9 settembre 2015

.Net

WORLD
CHAMPIONSHIPS

Frank Chamizo

World Champion
Frank Chamizo Mezquiza

**Campione del Mondo!
La prima volta dell'Italia
nella Lotta stile libero**

ATTIVITÀ INTERNAZIONALE

Lotta Un oro magico che scintilla di azzurro splende a Las Vegas! di Giovanna Grasso	3	Judo Inaugurata la nuova Scuola di Judo presso Crossfit 06 di Roberto Tamanti	50
Judo Le risposte da Astana, ultimo Mondiale prima di Rio di Enzo de Denaro	8	Karate Sport e Solidarietà: binomio vincente in Puglia di Cristina di Raimondo	53
Judo Mondiali a Sarajevo, cadetti azzurri promossi a pieni voti! di Enzo de Denaro	13	Judo - Karate Storie di Sport a Castel Sant'Angelo a cura del CR FIJLKAM Lazio	57
Lotta Europei di Lotta: il grandioso poker dell'Italia giovanile di Giovanna Grasso	24	Lotta Antica Norba: la storia, la tradizione e la lotta di Rossana Carturan	61

ATTIVITÀ NAZIONALE

Lotta Campionato Italiano Master: la prima volta della Lotta di Rossana Carturan	28	Judo Il maestro Ezechiele Romagnoli compie 90 anni a cura di Judo Club Pesaro	68
MGA Gli Istruttori M.G.A. 3° livello si aggiornano di Enzo Failla	33	Karate Inspire Karate Generation di Serena Marelli	70

ATTIVITÀ REGIONALE

Judo 7° Trofeo "Giovani Samurai" Memorial Sardus Tronti di Federica Pasqualini	40	Judo - Lo studio (1 parte) Judo: didattica dello "speciale" (Michel Calmet, Emanuela Pierantozzi, Rosamaria Muro-ni, Emerson Franchini)	73
Sumo Barcis: patria del Sumo per grandi e piccini di Paola Boz	44	RUBRICHE	
Karate In Liguria intense attività federali a cura del CR FIJLKAM Liguria	47	Statistiche Primo titolo mondiale per la FIJLKAM nella Lotta Stile Libero di Livio Toschi	78

Il numero di settembre si apre con un risultato di portata storica: il titolo di Campione del Mondo di Lotta stile libero è giunto finalmente in Italia grazie a Frank Chamizo. Questa emozionante "prima volta" per la nostra Federazione viene raccontata con diverse sfaccettature: si va dalla cronaca di gara, alla "auto"biografia di Chamizo, al dettaglio storico-statistico. Un grande evento per la vita federale che ci apre le porte delle Olimpiadi di Rio De Janeiro 2016. La storia continua!

Di Mondiali si parla anche in versione Judo: un podio sfiorato per la scatenata Odette Giuffrida e complessivamente una prova che apre prospettive interessanti in chiave olimpica per i nostri judoka, come si legge nel racconto della competizione.

Grandi, grandissimi risultati internazionali arrivano anche dai giovani del Judo e della Lotta: i Mondiali cadetti di Sarajevo di Judo ci hanno restituito un Campione in Giovanni Esposito (il cognome non ci è nuovo...) e due argenti di gran classe (Sofia Petitto e Biagio D'Angelo) che nel dominio assoluto del Giappone brillano come astri splendidi. I giovani lottatori si sono espressi al meglio a Subotica da dove hanno portato in patria un titolo Europeo

con la scatenata Teresa Lumia, l'argento di Emanuela Liuzzi (anche questo ci pare di averlo già sentito...) e due brillanti bronzi nella greco romana (Giovanni Freni e Nicola Menghetti). Risultati strepitosi che testimoniano di un bel movimento giovanile nelle due discipline.

Fanno da contraltare ai più giovani i Master, che questa volta hanno dato vita al primo Campionato italiano di lotta stile libero. Notizie anche dal fronte MGA, prima di passare alla consueta ricca attività regionale. Grande l'attenzione allo sport dedicato ai diversamente abili, molte le attività promozionali dedicate ai più piccoli.

Con questo numero si inaugura anche uno studio dedicato al Judo al quale si è dedicata la nostra grande Campionessa Emanuela Pierantozzi che, insieme a tre suoi colleghi docenti universitari, regala agli appassionati della disciplina la prima parte che verte sulla "didattica dello speciale". Da non perdere i prossimi numeri che conterranno le successive tre parti di approfondimento. Tanti gli articoli per tutti i gusti da sfogliare e riguardare, per cui non possiamo che augurare buona lettura con Athlon.net!

Indicazioni per la pubblicazione di materiale redazionale su Athlon.net

Attenzione: Per le attività svolte nelle Regioni delle quali si vuole dare notizia attraverso la rivista, si raccomanda di inviare gli scritti al proprio COMITATO REGIONALE FIJLKAM, che provvederà alla sua selezione ed all'invio all'Ufficio Stampa Federale. Ogni scritto deve essere accompagnato da fotografie complete di didascalie e deve avere carattere sportivo/agonistico. Le fotografie preferibilmente devono raffigurare gli atleti ed il gesto tecnico. Non verrà preso in considerazione materiale promozionale e pubblicitario.

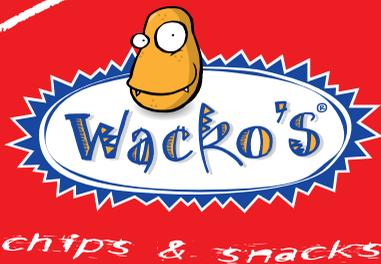
La pubblicabilità verrà valutata insindacabilmente dal Comitato Regionale e dall'Ufficio Stampa federale.

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

Lo sport
non ti mette
al tappeto!



Ke aspetti...
muoviti!!!!



SAN
CARLO

perfidamente buono

SPONSOR UFFICIALE

FILKAM
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

Un oro magico che scintilla di azzurro splende a Las Vegas!



Frank Chamizo scrive la storia e porta in Italia il titolo iridato nello stile libero

di Giovanna Grasso - foto di Martin Gabor

Risultato storico per l'Italia: il primo titolo iridato nello stile libero, che mancava da sempre, è finalmente arrivato! Grazie all'azzurro di Cuba Frank Chamizo Marquez, che ha ricambiato l'accoglienza ricevuta nel Belpaese con l'ultimo di una serie di doni, il più prezioso: la medaglia d'oro dei 65 chilogrammi stile libero ai Mondiali di Las Vegas, arrivata dopo il titolo europeo under 23 e l'argento ai Giochi Europei di Baku.

E così, trentacinque anni dopo l'oro olimpico di Claudio Pollio (Mosca 1980) ecco riaccendersi la speranza di un nuovo successo a cinque cerchi nello stile libero. Giacché non è meno rilevante il fatto che, insieme alla medaglia, Chamizo ha conquistato anche il diritto a partecipare ai Giochi Olimpici di Rio de Janeiro il prossimo anno.

Reporter e cronisti sono stati catturati dallo stile e della freschezza di questo ventitreenne caraibico; i principali quotidiani hanno ridonato la notizia del suo successo proprio nel giorno in cui altre due italiane di classe hanno infranto un ulteriore tabù sportivo, arrivare in finale agli US Open di tennis. Frank Chamizo, Flavia Pennetta, Roberta Vinci: un trio da brivido per una giornata da brivido che ha conquistato l'America!

Arriva l'oro.

L'euforia è grande, quasi quanto il tifo del pubblico dell'Orleans Arena che ha sostenuto Frank apertamente

durante la finale, galvanizzato da una gara incredibile, fatta di velocità e colpi da manuale. Non per niente "The Entertainment Capital of the World" ha apprezzato lo spettacolo di qualità offerto dall'azzurro e l'ha prontamente soprannominato "The Magician", il mago. La finale è stata letteralmente mozzafiato, tutta decisa negli ultimi 10 secondi dopo un avvio oltremodo cauto. Chamizo è in vantaggio per 2 a 1, scatto fulmineo dell'uzbeko Navruzov (bronzo agli ultimi Giochi Asiatici) che segna i due punti del vantaggio, sospiro del pubblico che vede sconfitto l'azzurro (tutto il tifo è per lui) ed ecco il gioco di prestigio, l'asso nella manica. Uscita felina, passag-

gio dietro, due punti a segno, fischio finale. Boato del pubblico, è standing ovation! L'Italia della Lotta torna a respirare, l'impresa che ha dell'incredibile porta in patria

la prima medaglia d'oro mondiale in questo stile, libero e complicato, che esalta talento e colpi di genio. E convinzione. "io non smetto mai di lottare, finché non sento il fischio l'incontro per me non è finito", spiega come se fosse la cosa più ovvia del mondo il neo-campione. "La gara è stata incredibile - racconta

Frank Chamizo, Campione del Mondo di Lotta stile libero: un risultato storico per l'Italia!



L'italo-cubano ha condotto una gara perfetta, che gli è valsa il soprannome "The Magician" dai media statunitensi; tra gli sconfitti per sua mano il Campione Olimpico di Londra Toghrul Asgarov (AZE)

sorridendo Frank - *Mi sono svegliato la mattina, preparato per il peso e tutto il resto. Poi ho visto il foglio del girone, ho guardato Puli (il tecnico della nazionale Filiberto Delgado, ndr) e ho detto "minchia"! Era un girone difficile, ma ero concentrato e determinato. I primi due incontri sono andati abbastanza lisci.*

"Nei quarti ho incontrato Asgarov (Campione olimpico a Londra, ndr) con cui avevo perso in finale a Baku. Non solo perso, mi aveva schienato. Per noi lottatori perdere per schiena è un disonore. Quindi ero carico, sapevo che dovevo stare attento. Gli ho tirato un'azione da



Inarrestabile l'energia di Chamizo che ha messo spalle a terra l'iraniano Sayed Mohammadi concludendo la semifinale in due minuti



È Oro Mondiale!

quattro punti e ho pensato: "a posto, sono in vantaggio", ma poi ho aperto gli occhi e ho visto le luci su di me e ho capito di essere caduto spalle a terra e mi sono detto "e no! Non può succedere ancora!". Sono veloce a muovermi, mi sono girato in un guizzo e ho ricominciato. Dopo di che l'ho distrutto, non ha avuto più possibilità. (l'incontro è finito 10 a 5, ndr) In semifinale il nostro azzurro si è trovato opposto a Sayed Mohammadi, argento nell'edizione 2014 degli Europei. Ma non c'è stata storia: probabilmente caricato dall'incontro precedente, Chamizo ha concluso in poco meno di tre minuti mettendo spalle a terra il malcapitato iraniano.

"La finale è stata intensa -prosegue nel suo racconto Frank - io non ero tranquillo, volevo vincere. Navruzov l'avevo già battuto, sapevo di essere più bravo di lui, ma era una giornata strana. Lui aveva appena battuto Ramonov, il campione uscente russo ed era in uno stato di grazia. Era tranquillo,

provvisamente stava vincendo, era quello che si aspettava. I suoi tecnici all'angolo stavano già esultando, si abbracciavano. Si aspettavano che io mollassi, ma io non mollo mai, nemmeno negli ultimi cinque secondi. Finché non fischia io non mollo. Gli sono uscito di lato e lui non se lo aspettava. Gli sono girato intorno e sono passato dietro. Mi sono preso i due punti che servivano e l'arbitro ha fischiato. Loro sono passati dal riso alle lacrime, noi siamo impazziti di gioia!"
"Puli è salito sul tappeto e mi ha abbracciato, mi sono sentito così orgoglioso. Lui per me è un idolo, una leggenda. È uno dei tecnici migliori al mondo. Per voi in Italia è uno come tanti, non conoscete la sua storia e quello che ha fatto. Ma noi cubani lo conosciamo bene, lui è il meglio che esista, è un mito. Non avrei mai voluto deluderlo, volevo essere all'altezza delle sue aspettative. Per me è stata un'emozione incredibile trovarlo qui e sapere che mi avrebbe allenato, a Cuba lui è su un piedistallo e tutti lo ammirano tantissimo.

era arrivato in finale ed era qualificato, non aveva niente da perdere era in pace con se stesso. Io no. Così ho iniziato cauto, tanto cauto da prendere una penalità. Volevo capire come attaccarlo con successo, renderlo neutrale. Molto lentamente sono passato in vantaggio ed ero tranquillo, andava bene così. Poi è successo tutto negli ultimi quindici secondi, lui mi ha preso due punti e im-

Ora so che posso aspirare ad essere come lui."

Gli altri Azzurri

Il risultato storico ottenuto da Chamizo ha oscurato quanto fatto dal resto della squadra, purtroppo non molto. In un Mondiale particolarmente duro in quanto prima prova di qualificazione olimpica, nessuno si aspettava una passeggiatina. In effetti gli azzurri hanno superato complessivamente solo due incontri su quattordici disputati: Daigoro Timoncini nei 98 greco romana ha sconfitto l'onduregno Mejia Castillo prima di essere fermato dal turco Cenk Ildem. Nello stile libero Aron Caneva, (86 chilogrammi) ha superato il primo turno contro l'australiano Connor James Evans prima di arrendersi al lettone Armands Zvirbulis. Un po' di rammarico c'è stato per la competizione femminile nella quale erano risposte le maggiori speranze, soprattutto dopo gli ottimi risultati delle ultime competizioni giovanili europee e mondiali.

Occorre sottolineare, però, la squadra era composta per tre quarti da atleti juniores che, sicuramente, trovano nella classe superiore un gradino ostico. Tuttavia il successo di Chamizo deve spingere la nazionale a incrementare ancora di più il proprio impegno ed essere di stimolo nel proseguire il proficuo cammino intrapreso con i giovani che hanno concluso con un successo mai visto, le maggiori competizioni internazionali di classe.

Un Mondiale da record

I Mondiali di Las Vegas hanno avuto una partecipazione eccezionale quanto a "super-campioni" della disciplina e sono stati festeggiati traguardi importanti che rimarranno negli annali storici. A partire da quello del russo Bilyal Makhov è riuscito nell'impresa di salire sul podio sia nella competizione stile libero che in quella greco romana



L'abbraccio con l'uzbeko Navruzov



Immane il selfie sul podio

ottenendo due bronzi nella massima categoria. Prima di lui, nella storia della lotta moderna, sono stati in pochi a realizzare quest'impresa: il tedesco Wilfried Dietrich (97 kg.) che conquistò due medaglie di bronzo ai Mondiali di Toledo (USA) nel 1962; il francese Daniel Robin (78 kg.) vinse due argenti alle Olimpiadi di Città del Messico nel 1968, mentre il più recente fu lo svedese Jan Karlsson (74 kg.) che fece suoi il bronzo nella greco romana e l'argento nella libera alle Olimpiadi di Monaco del 1972 per poi ripetersi ai Mondiali del 1973 (Tehran) a medaglie invertite. Terzo allora iridato per il beniamino di casa Jordan Burroughs (oro a Londra 2012, oro mondiale nel 2011 e 2013, bronzo nel 2014) nei 74 kg. stile libero, che ha mandato in visibilibio il pubblico, così come grande tributo è stato riservato al giovane Abdurashid Sadulaev, "The Russian

Tank", al suo secondo titolo mondiale a soli diciannove anni dopo aver messo nel suo sacco gli Europei del 2014 e i Giochi Europei di Baku di quest'anno. Ottava medaglia mondiale per il cubano Mijain Lopez Nunez, che ha aggiunto l'argento nella massima categoria greco romana ai 5 ori e 3 argenti iridati e agli ori di Pechino 2008 e Londra 2012.

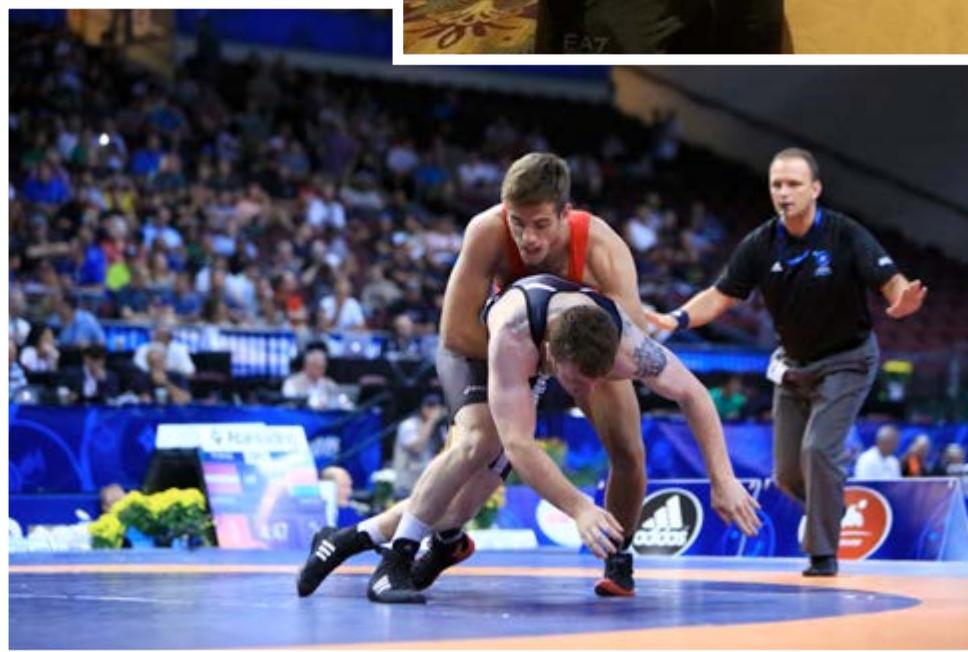
Ma il record dei record appartiene all'inarrivabile Saori Yoshida, superstar giapponese della lotta, arrivata al tredicesimo titolo iridato nei 53 chilogrammi (tre ori olimpici all'attivo) e strettamente tallonata dalla compatriota Kaori Icho al suo decimo oro mondiale nei 58 chilogrammi (anche per lei tre vittorie olimpiche).

Le squadre vincenti

La "solita" Russia sul podio degli stili maschili si è imposta nella libera con due ori, un argento e quattro bronzi (61 p.) su Iran (48 p.) e Georgia (44) mentre nella greco romana con 1 oro e 4 bronzi (46 p.) su Azerbaijan (39 p.) e Ucraina (35).

Anche nella classifica femminile non ha suscitato sorpresa vedere sul gradino più alto il Giappone (3 ori, 1 argento e 1 bronzo) che con 51 punti si è imposto sulla Cina (42 p.) e Stati Uniti (31).

Daigoro Timoncini, l'unico Azzurro della greco romana a passare il primo turno



Aron Caneva, un turno all'attivo per lui negli 86 chilogrammi stile libero

Chi è Frank Chamizo?

di Giovanna Grasso

Nato a Matanzas, Cuba, nel luglio del 1992 è diventato cittadino italiano il 3 gennaio 2015 dopo aver sposato la Campionessa azzurra Dalma Caneva nel 2012.

Trasferitosi a Genova con la nuova famiglia, si è subito inserito nella comunità della Polisportiva Mandraccio al Porto Antico, che lo ha aiutato a recuperare la forma fisica un po' appannata dopo il fermo di quasi due anni con la nazionale cubana. Per Cuba è stato forse il più giovane lottatore a vincere una medaglia iridata seniores, fu bronzo ai Mondiali di Mosca del 2010 a diciotto anni appena compiuti (nello stesso anno il titolo panamericano). Con l'Italia ha esordito con il Gran Premio di Spagna (argento) nel 2013 e non è più sceso dal podio portando nella penisola, tra gli altri, il primo titolo Europeo under 23, l'argento ai Giochi Europei di Baku (valevoli per i Campionati Europei) ed ora il titolo mondiale.

Per conoscere la storia del nostro campione niente di meglio che lasciare a lui la parola: "Matanzas, dove sono nato, è una cittadina a un'ora da l'Havana. Mio padre si è trasferito negli Stati Uniti quando avevo due anni e io sono cresciuto con mia mamma Clara e la mia nonna materna.

A sette anni, mentre tornavo da scuola, sono passato davanti ad una palestra di lotta e sono rimasto fermo a guardare: mi sentivo affascinato, ho sentito subito che quello era lo sport che faceva per me. Sono tornato a casa carichissimo, volevo che mi madre mi iscrivesse subito in quella palestra, invece lei non era d'accordo. Sono rimasto stupito e ho insistito molto, ma lei era irremovibile, diceva che era troppo lontana da casa. Non supponevo che il vero motivo fosse mio padre, del quale ignoravo totalmente il passato di lottatore: Pavel Chamizo era stato Campione panamericano ed era un nome importante nella storia della lotta cubana, ma mia madre non voleva che seguissi le sue orme e non mi aveva mai detto molto di lui. Il suo rifiuto di iscrivermi fu una grande delusione, ma non mi sono arreso. Dal momento che mia mamma lavorava in Spagna diversi mesi l'anno e io rimanevo solo con la nonna, ho approfittato della prima occasione per prendere "in prestito" i suoi documenti e sono corso in palestra per iscrivermi.

Iniziai subito ad avere risultati, campione regionale, interregionale, nazionale e così via. L'allenatore era molto felice di me, e un giorno chiacchierando ha scoperto chi era mio padre. E pure io. Rimanemmo entrambi stupiti, per motivi diversi, ovviamente.

In me è scattata subito la voglia di fare meglio di mio padre, volevo diventare un campione più grande di lui. Pensavo "te lo farò vedere che sono meglio di te!". Ma il rapporto con mio padre è ottimo, lo sento sempre al telefono e mi ha sempre seguito, anche se non potevamo vederci. C'era anche lui a Las Vegas a vedermi lottare. Io ero orgoglioso ed emozionato, avevo sempre in mente che negli spalti c'era mio padre e mi sono detto che non potevo sbagliare. E così è stato. Mio padre è molto orgoglioso di me, del fatto che ho vinto il titolo mondiale e che andrò alle Olimpiadi. E nonostante tutto anche mia madre Clara lo è, ed è contenta per me; ora non crede più che la mia strada non sia la lotta. La sento sempre e proprio ieri mi ha detto una cosa che non mi aveva detto mai: è sicura che vincerò alle Olim-



piadi. E questo significa tanto per me, con lei abbiamo un rapporto pieno d'affetto, ma burrascoso. Del resto abbiamo lo stesso carattere. Sono felice di lottare per l'Italia e di vivere qui. A Cuba stavo bene, è il mio paese ma è completamente diverso. Lì sei una parte di un tutto, se vinci non lo fai per te, ma per la patria, per il socialismo, per il popolo. Non è molto gratificante perché come individualità non esisti. Però sei famoso, tutti seguono la lotta e quando giri per strada ti riconoscono e ti fermano, ti fanno i complimenti, sei un personaggio. Qui in Italia hai tutti i vantaggi individuali, ma la lotta la conoscono in pochi, non se ne parla. Però gli appassionati sono calorosi e ti fanno sentire parte di un mondo. Qui in Italia posso realizzare i miei sogni, andare alle Olimpiadi, diventare una leggenda. Valgo per il mio sport, per quello che so fare e per il mio impegno.

A Cuba avevo smesso di fare lotta. Nel 2010 ho vinto il bronzo ai Mondiali seniores che avevo appena compiuto 18 anni, ero in nazionale e lottavo per la qualificazione olimpica. Poi è successo che l'anno dopo ai Mondiali di Istanbul ho fatto una brutta gara, ho lottato male. E nella gara successiva non sono riuscito a fare il peso, dovevo calare oltre 10 chili. E così sono stato squalificato e cacciato dalla nazionale. Otto mesi, il giusto tempo per impedirmi la qualificazione a Londra. Io so che ce l'avrei fatta, ma loro mi hanno rubato il sogno. E io ho smesso di lottare. Sono fatto così, ho un carattere caparbio e deciso. Ho smesso e sono stato fermo due anni. Poi loro si sono pentiti, ma io no. Ero troppo amareggiato con il sistema, mi hanno punito in modo eccessivo per una leggerezza, non hanno avuto fiducia né stima in me, nonostante il mio impegno e i risultati che avevo già avuto. Così ho deciso di smettere.

Nel frattempo la storia con Dalma è maturata e abbiamo deciso di venire in Italia. Lei e la sua famiglia sono importanti per me, mi hanno accolto come un figlio e dato sostegno e affetto. Sarò sempre grato a loro per questo, mi hanno accolto e mi hanno permesso di ricominciare a sognare. Grazie a loro sono diventato italiano e la Federazione mi ha chiamato in nazionale. Ho ricevuto la fiducia di cui avevo bisogno e ho ricambiato con dei risultati importanti. Ora ho avuto ancora un'opportunità, quella di entrare nel Gruppo Sportivo dell'Esercito, di cui sono fiero. Mi piace essere militare, so che è un'ottima organizzazione e che dà un grande supporto ai suoi atleti.

Sono felice di essere in Italia, voglio ringraziare tutti.

A Las Vegas avevo tante cose in mente, anche il pensiero di voler dimostrare che ero degno della fiducia ricevuta. E ce l'ho fatta. Il titolo di Campione del Mondo non è solo mio, è di tutte le persone che hanno creduto in me."

Le risposte da Astana, ultimo Mondiale prima di Rio



di Enzo de Denaro - foto di Mario Krvavac

Molto è stato scritto sui Mondiali di judo ad Astana, ma molto di più è stato detto. La rassegna iridata infatti, è stata preceduta dai noti fatti sui quali l'attenzione dell'opinione pubblica si è prontamente rivolta ed anche "Fossero state una, tre o nove le medaglie, poco sarebbe cambiato". Una frase questa, ripresa dall'analisi di Italia Judo del 10 settembre, che fotografa bene lo spirito delle diverse prese di posizione, sedotte dal voler far sapere che 'iosto-con...' piuttosto che desiderose di capire davvero, approfondire e, se il caso, concorrere ad una soluzione. Qualsiasi essa sia. È la forza dei Social Network, nuova frontiera della comunicazione, che può funzionare, se la si utilizza con le opportune cautele, ma può anche tradire, in particolare quando la si usa come valvola di sfogo. In ogni caso, del Mondiale ad Astana rimangono numeri e risultati, centoventi nazioni, 723 atleti, Giappone di un altro pianeta con sei titoli mondiali, dieci atleti in finale e quindici sul podio e, se non fosse abbastanza, entrambi i titoli a squadre. Teddy Riner dal canto suo ha vinto ancora, ma questa volta -complice la prevedibilità- il suo ennesimo trionfo è stato parzialmente adombrato da un Giappone più gigante di lui.

L'analisi del Presidente

Il presidente Domenico Falcone ha analizzato il campionato del mondo ad Astana mettendolo a confronto con gli European Games a Baku. Agli Europei hanno gareggiato 15 atleti che hanno disputato complessivamente 28 incontri ed ottenuto 11 vittorie. Ai Mondiali invece, hanno gareggiato 9 atleti che hanno disputato 24 incontri ed ottenuto 13 vittorie. "La notizia positiva è che la risposta degli atleti c'è

stata. Qualcuno di più, qualcun altro un po' di meno, ma sostanzialmente tutti hanno combattuto bene e penso anche alla gara di Odette Giuffrida, arrivata fino ai piedi del podio, della stessa Edwige Gwend, per come ha saputo lottare con Trstenjak, di Elio Verde, ritrovatosi combattente nell'alto livello, Giulia Quintavalle che, se non vogliamo parlare di torto subito per quell'azione non



Nonostante la grinta e la bella gara Odette Giuffrida si è fermata ai piedi del podio



valutata a 41" dal termine, ha comunque espresso un ultimo minuto di carattere. Insomma, senza entrare nel dettaglio delle gare di ciascuno, il dato di fatto importante è che tutti si sono messi in gioco in un contesto di altissimo livello e possiamo anche sottolineare che, con due atleti nei primi otto al mondo, l'Italia è stata la prima delle squadre senza medaglie. Io sono ottimista e penso

che questo sia l'inizio di un ritorno ad alto livello. Ad Astana inoltre, ho avuto modo di scambiare opinioni e pareri con diverse autorità di spessore tecnico, da Vizer a Rougè, o lo stesso Barcos cui, proprio perché stavo parlando con lui che è spagnolo, ho detto che il "tiki-taka" non funziona più. Un'osservazione che mi è stata confermata da tutti, l'indirizzo univoco è che gli atleti devono combattere, si dà importanza al judo positivo, è fondamentale andare avanti... se saremo capaci di assimilare queste cose a Rio diremo la nostra. E con Murakami, ormai entrato nel pieno delle sue funzioni, questo percorso si può fare anche iniziando a coinvolgere altri atleti, che ha già iniziato ad osservare, in particolare fra i più giovani. Per concludere voglio ribadire che ad Astana la mentalità della squadra è stata sostanzialmente quella giusta, corretta e che per il tempo che ci divide dalle Olimpiadi dobbiamo impegnarci per correggere l'atteggiamento, perché il tiki-taka è perdente, il judo oggi è attacco. È così che qualcuno di questi ragazzi ci potrà regalare qualche sorpresa".

Le gare viste dai protagonisti

Valentina Moscatt. Ha lottato molto bene con la portoghese Leandra Freitas, portando a casa un bel punto. Una zampata (de ashi barai) per il vantaggio (yuko), le reazioni rabbiose di Freitas con un seoi nage (yuko) e quindi il guizzo di Valentina, un seoi nage a sinistra che ha chiuso la partita. La corsa dell'azzurra però, si è interrotta subito dopo con Monica Ungureanu, romena lunga e scomoda. "La romena è molto ostica e fastidiosa - ha detto Valentina - avevo iniziato bene, ma dopo averla fatta sanzionare due volte ho commesso un errore che lei ha colto al volo. Mi spiace davvero un sacco". La categoria è stata vinta dall'argentina Paula Pareto, seconda l'anno scorso a Chelyabinsk. "Sono successe cose imprevedibili... - ha detto ancora Moscatt - ma questo è il judo! Pareto non mi ha sorpreso... Sono due anni che alle gare importanti non sbaglia... Due finali al mondiale... non è da tutti!". La delegazione azzurra ha ricevuto la visita dell'Ambasciatore italiano in Kazakistan, Stefano Ravagnan, che nel salutare la squadra ha fatto una promessa: "Torno certamente a trovarvi nel caso prendiate una medaglia".

Odette Giuffrida, Elio Verde. Odette ha messo in riga avversarie del calibro di Edwards (Gbr), Ente (Ned) e Cohen

(Isr), mettendo in gioco grande ritmo e dinamismo, mentre Elio Verde ha piazzato il suo migliore morote seoi nage destro a Sandal (Tur, yuko), Ciganovic (Srb, waza ari) e Shikhalizada (Aze, yuko), fatto poi capitolare con una leva al braccio. Un percorso netto, quello dei due azzurri, che non ha incontrato discese né favori, ogni millimetro di vantaggio è stato conquistato con calma e concentrazione. "Verde ha affrontato atleti molto forti e li ha battuti



restando calmo e concentrato, mantenendo la voglia di vincere anche negli incontri finali. - è il commento del DTN Kyoshi Murakami - In ogni caso ha dimostrato di essere fra i primi otto al mondo e questo è un ottimo punto di ripartenza per Rio. Giuffrida invece - ha aggiunto - ha cominciato con il freno a mano un po' tirato, ma si è capito che voleva arrivare in fondo ed è cresciuta man mano. Con Chitu era molto difficile, ma nella finale per il bronzo avrebbe meritato la medaglia. Ha confermato ancora una volta di essere competitiva ai massimi livelli ed un quinto posto a questo mondiale ha quasi lo stesso valore di un bronzo olimpico". L'accesso alla semifinale di Giuffrida è stato negato dalla romena Andreea Chitu, che ha immobilizzato l'azzurra, poi vittoria per yuko nel recupero con la mongola Adiyasambuu e quindi un solo shido ha deciso la destinazione della medaglia di bronzo: al collo della brasiliana Erika Miranda, che può aggiungerlo all'argento 2013 ed al bronzo 2014. Elio Verde dal canto suo è stato fermato dall'israeliano Pollack, un attacco di seoi dell'azzurro è stato contrattaccato con o soto gari e ha portato lo yuko decisivo, mentre nel recupero l'uzbeko Sobirov ha saputo bloccare ogni iniziativa dell'azzurro per poi attaccarlo e prevalere. Odette Giuffrida: "Mmm, in questo mo-

mento non so davvero che dire, forse è ancora troppo presto, forse dovrei far passare ancora un attimo e riflettere a mente fredda. In questo momento mi sento molto dispiaciuta. Un'altra medaglia di legno, un'altra volta così vicina e subito dopo così lontana da un grande obiettivo e sogno!!!". Elio Verde: "Sono contento per il piazzamento, ma contento fra virgolette, perché era da un po' che una gara così importante non la finivo. Sono anche un po' rammaricato perché mi sentivo bene e ho battuto anche la testa di serie, quindi mi aspettavo un po' di più verso la fine, ho fatto un incontro un po' strano con Pollack, per andare in semifinale, un pò lungo e un po' storto, però sono contento che ho fatto un sacco d'incontri a questi livelli".

Giulia Quintavalle. Con Hedvig Karakas (Hun), seconda ai Games a Baku, Giulia ha saputo dare il meglio, ma una penalità a sfavore ha fatto la differenza. È stata eliminata anche se un'azione dell'azzurra a 40" dal termine meritasse valutazione. "Sono rimasta alquanto perplessa – ha detto – perché il mio punto è stato netto. Ho voluto sentire anche altri pareri, ma tutti sono stati concordi con la mia percezione. Peccato, perché mi sentivo molto bene e poi, superato quel turno, sarebbe stata tutta un'altra storia".

Edwige Gwend, Antonio Ciano. La messicana Jazmin Toral e la svedese Anna Bernholm sono state sconfitte per ippon da Edwige prima di cedere a Tina Trstenjak, la slovena che ha poi conquistato il titolo iridato. Antonio Ciano, saltato il primo turno, ha superato il tunisino Ben Ammar prima di inchinarsi al francese Loic Pietri, che ha concluso la gara al secondo posto. "Chissà, se l'avessi incontrato più avanti, con qualche incontro nelle gambe forse sarebbe andata diversamente – ha detto Antonio - ma con i 'se' e con i 'ma' non si va da nessuna parte". Tutta la rabbia di Edwige è espressa da queste parole: "C'è poco da dire purtroppo. Ho perso e non dovevo perdere, me la sono giocata alla pari finché non ho commesso l'errore di rimanere bloccata con la spalla durante il mio contrattacco. Sono incazzata, perché guardando poi come Trstenjak ha maltratto tutte le altre mi sono resa ben conto che valevo una medaglia, ma ero fuori dai giochi, quindi niente, solo tanta amarezza".



Valentina Moscat: "avevo iniziato bene, ma ho commesso un errore costato caro. Questo è il judo!"



Giulia Quintavalle: "peccato, perché mi sentivo molto bene. Una gara che mi ha lasciata perplessa."

Assunta Galeone, Walter Facente. Sia Assunta che Walter sono stati eliminati al primo turno, rispettivamente da uno yuko di Natalie Powell (Gbr) e dal sankaku jime di Cheng Xunzhao (Chn). L'inglese è una specie di 'bestia nera' per Galeone, che ha detto: "Ho già perso altre volte con Natalie Powell, è evidente che non riesco ancora ad individuare la chiave dell'incontro... l'avevo preparato in un modo diverso, ma sul suo attacco sono rimasta incastrata con il braccio, a quel punto non son più riuscita a parare e ho preso yuko. E da lì tutto è cambiato. Ma a parte questo, rimane il fatto che con lei mi trovo male, per il suo tipo di judo, troppo speculare al mio. Mi sento molto delusa, perché sono momenti che non tornano più". Walter Facente dal canto suo ha detto: "Mi dispiace, ci voleva

un briciolo di cattiveria in più, ma la troppa responsabilità che sentivo e la voglia di far bene mi hanno frenato. Vedere gente che ho battuto poco tempo, arrivare lì a giocarsi una medaglia, non fa certo piacere, ma il judo è così. Ritorno in Italia consapevole di non avere fatto niente per meritarmi di andare avanti ed ora mi tocca lavorare molto di più per la volta finale verso Rio”.

Domenico Di Guida. Nei 100 kg Mimmo Di Guida ha superato il bulgaro Dichev (ippon) e Ben Khaled (Tun), prima di cedere il passo di fronte a Cyrille Maret (Fra). “Sono partito un pò così così con il bulgaro e ho vinto solo alla fine, ma man mano ho sentito che stavo crescendo. Al secondo turno con il tunisino mi sono sentito molto meglio! Un vero peccato che il terzo incontro, con il francese Maret, non sono riuscito ad entrare nel combattimento, ma non cambierei niente. La tattica ha funzionato con tutti e ritengo sia stata quella giusta, purtroppo non ho avuto il tempo per metterla in atto nell’ultimo incontro. In ogni caso si guarda avanti, penso positivo per questa corsa olimpica”.

Le gare a squadre. La risposta del Giappone a Teddy Riner non si è fatta attendere. Sul podio di Astana il colosso francese ha alzato otto dita, i mondiali vinti. Sette nei +100 ed uno nel Campionato Open organizzato a Levallois nel 2008, ripetuto poi soltanto nel 2010, in coda al Mondiale a Tokio, quando Riner platealmente non accettò la sconfitta da Kamikawa. Il Giappone, otto titoli iridati, li ha conquistati tutti ad Astana, sei individuali ed entrambi i titoli a squadre, maschile (sulla Corea del Sud, 3-2) e femminile (sulla Polonia, 5-0). È stata la prima doppietta mondiale a squadre.

Donne 1. Giappone; 2. Polonia; 3. Germania e Russia; 5. Mongolia e Sud Corea; 7. Cina e Francia. Uomini 1. Giappone; 2. Sud Corea; 3. Georgia e Mongolia; 5. Germania e Kazakistan; 7. Brasile e Russia.



Elio Verde ha dimostrato di essere fra i primi otto al mondo e questo è un ottimo punto di ripartenza per Rio. Parola di Kyoshi Murakami

-48 kg
1. PARETO, Paula ARG
2. ASAMI, Haruna JPN
3. JEONG, Bo Kyeong KOR
3. KONDO, Ami JPN
5. BRIGIDA, Nathalia BRA
5. CHERNIAK, Maryna UKR
7. CSERNOVICZKI, Eva HUN
7. UNGUREANU, Monica ROU
-52 kg
1. NAKAMURA, Misato JPN
2. CHITU, Andreea ROU
3. MIRANDA, Erika BRA
3. SKRYPNIK, Darya BLR
5. BABAMURATOVA, Gulbadam TKM
5. GIUFFRIDA, Odette ITA
7. ADIYASAMBUU, Tsolmon MGL
7. KUZJUTINA, Natalia RUS
-57 kg
1. MATSUMOTO, Kaori JPN
2. CAPRIORIU, Corina ROU
3. DORJSUREN, Sumiya MGL
3. PAVIA, Automne FRA
5. BEAUCHEMIN-PINARD, Catherine CAN
5. MALLOY, Marti USA
7. KARAKAS, Hedvig HUN
7. MONTEIRO, Telma POR
-63 kg
1. TRSTENJAK, Tina SLO
2. AGBEGNEOU, Clarisse FRA
3. TASHIRO, Miku JPN
3. TSEDEVSUREN, Munkhzaya MGL
5. FRANSSSEN, Juul NED
5. GERBI, Yarden ISR
7. MISKOVIC, Marijana CRO
7. VAN EMDEN, Anicka NED
-70 kg
1. EMANE, Gevrise FRA
2. BERNABEU, Maria ESP
3. ALVEAR, Yuri COL
3. POSVITE, Fanny Estelle FRA
5. ARAI, Chizuru JPN

5. GRAF, Bernadette AUT
7. POLLING, Kim NED
7. WILDIKAN, Lior ISR
-78 kg
1. UMEKI, Mami JPN
2. VELENSEK, Anamari SLO
3. MALZAHN, Luise GER
3. VERKERK, Marhinde NED
5. POGORZELEC, Daria POL
5. TCHEUMEO, Audrey FRA
7. GIBBONS, Gemma GBR
7. YOON, Hyunji KOR
+78 kg
1. YU, Song CHN
2. TACHIMOTO, Megumi JPN
3. ORTIZ, Idalys CUB
3. YAMABE, Kanae JPN
5. CHIBISOVA, Ksenia RUS
5. MA, Sisi CHN
7. KONITZ, Franziska GER
7. ZAMBOTTI, Vanessa MEX
-60 kg
1. SMETOV, Yeldos KAZ
2. IBRAYEV, Rustam KAZ
3. KIM, Won Jin KOR
3. SHISHIME, Toru JPN
5. GANBAT, Boldbaatar MGL
5. KITADAI, Felipe BRA
7. CHOI, In Hyuk KOR
7. UROZBOEV, Diyorbek UZB
-66 kg
1. AN, Baul KOR
2. PULYAEV, Mikhail RUS
3. POLLACK, Golan ISR
3. SOBIROV, Rishod UZB
5. DAVAADORJ, Tumurkhuleg MGL
5. ZHUMAKANOV, Yeldos KAZ
7. SEIDL, Sebastian GER
7. VERDE, Elio ITA
-73 kg
1. ONO, Shohei JPN
2. NAKAYA, Riki JPN

3. AN, Changrim KOR
3. SAINJARGAL, Nyam-Ochir MGL
5. GANBAATAR, Odbayar MGL
5. HONG, Kuk Hyon PRK
7. MUKI, Sagi ISR
7. UNGVARI, Miklos HUN
-81 kg
1. NAGASE, Takanori JPN
2. PIETRI, Loic FRA
3. PENALBER, Victor BRA
3. VALOIS-FORTIER, Antoine CAN
5. LEE, Seungsu KOR
5. TCHRKISHVILI, Avtandili GEO
7. DUMINICA, Valeriu MDA
7. MARESCH, Sven GER
-90 kg
1. GWAK, Dong Han KOR
2. DENISOV, Kirill RUS
3. BAKER, Mashu JPN
3. LIPARTELIANI, Varlam GEO
5. GVINIASHVILI, Beka GEO
5. USTOPIRIYON, Komronshokh TJK
7. HILDEBRAND, Aaron GER
7. TOTH, Krisztian HUN
-100 kg
1. HAGA, Ryunosuke JPN
2. FREY, Karl-Richard GER
3. NIKIFOROV, Toma BEL
3. PETERS, Dimitri GER
5. KRPALEK, Lukas CZE
5. MARET, Cyrille FRA
7. MAMEDOV, Chingiz KGZ
7. NAIDAN, Tuvshinbayar MGL
+100 kg
1. RINER, Teddy FRA
2. SHICHINOHE, Ryu JPN
3. KHAMMO, Iakiv UKR
3. OKRUASHVILI, Adam GEO
5. BREITBARTH, Andre GER
5. KIM, Sung-Min KOR
7. BOR, Barna HUN
7. HEINLE, Sven GER

Mondiali a Sarajevo, cadetti azzurri promossi a pieni voti!



di Enzo de Denaro - foto IJF

judo mondiali U18

Quello degli azzurri a Sarajevo è stato un mondiale grande, grande, grande. Una medaglia d'oro e due d'argento non meritano un 'grande' triplo? Pensiamo di sì, ma ove non bastasse ecco il trittico cadetti 'Europei-EYOF-Mondiali' a convincere anche il più incallito degli scettici con l'eccellente risultato ottenuto in tutte e tre le manifestazioni. "Forse non abbiamo vinto quanto sarebbe stato possibile, - è stato il commento del Maestro Franco Capelletti - ma questo gruppo ha dimostrato ugualmente un potenziale che lascia prevedere un futuro che per l'Italia è roseo, l'importante è che si abbia il coraggio di investire su questi giovani".

Doppio argento per aprire il diario Mundial

Il mondiale a Sarajevo dei cadetti azzurri è iniziato con l'argento di Sofia Petitto e Biagio D'Angelo. Saliti sul podio più alto agli EYOF a Tbilisi. Esattamente nove giorni dopo, Sofia Petitto e Biagio D'Angelo ancora protagonisti principali nelle categorie dei 44 e 50 kg dei campionati del mondo. Stanchezza? Demotivazione? Ma non scherziamo, due guerrieri carichi, lucidi e motivatissimi. "Sono felice che questo sia stato un anno in crescendo, - ha



detto raggiante Sofia Petitto con la medaglia al collo - iniziato con il quinto posto agli europei, primo agli Eyof e secondo al mondiale... lo dedico soprattutto alla mia famiglia, al mio allenatore Pierangelo Toniolo e a Fabio Basile, perchè mi sono sempre stati vicini in quest'anno pieno di sacrifici". Anche per Biagio D'Angelo il primo pensiero dopo essere sceso dal podio mondiale è rivolto a dediche e riconoscimenti: "Questa medaglia arriva

dopo un periodo molto impegnativo, un periodo di vittorie e di sacrifici, ma la voglio dedicare alla mia famiglia, la quale mi è sempre stata vicina e, soprattutto, la dedico al mio maestro Gianni Maddaloni. Un altro step è stato fatto!". Univoco invece, il commento dei coach della Commissione Giovanile, Nicola Moraci, Laura Di Toma e Sandro Piccirillo, che hanno detto: "Nonostante le avversità che hanno caratterizzato questa trasferta, risultata problematica dal punto di vista organizzativo, e dal punto di vista della salute dei nostri ragazzi che erano reduci da infezioni intestinali, questa prima giornata conclusasi con due grandi atleti finalisti, è la dimostrazione che siamo riusciti nel corso degli anni a creare una mentalità vincente, grazie alla quale i nostri giovani atleti competono con tutti senza alcuna sudditanza. Temevamo un contraccolpo psicologico determinato dall'appagamento dopo i successi a Tbilisi, ma



ATTIVITÀ INTERNAZIONALE

Biagio e Sofia hanno dimostrato il contrario. Dispiace per Magozzi e soprattutto per Carlino, che non sono entrati in gara”.

Quell'incredibile sogno d'oro

Giovanni Esposito è campione del mondo di judo, categoria 66 kg, classe cadetti. “E' un sogno! dopo mio fratello vincere i mondiali è un sogno”. Giovanni Esposito non aggiunge altro e non c'è bisogno che lo faccia, perché fare ippon a 10 secondi dal termine della finale quando si è sotto di waza ari, indubbiamente

‘non ha prezzo’, ma è anche il modo migliore per esprimere quanta forza, voglia, capacità pulsano dentro il cuore di questo 17enne napoletano che otto giorni fa ha scalato il podio più alto nelle Olimpiadi Europee Giovanili. E Nicola Moraci parla a nome di tutta la squadra, coach compresi: “È già il

migliore successo da quando esistono i campionati del mondo cadetti, il cuore della squadra è ben impersonato da Esposito, che ha dimostrato la capacità di non mollare e credere nel risultato”. Tutti felici nella squadra azzurra, Luca Caggiano per un bel settimo posto nei 60 kg, ma anche Manuel Lombardo, che certamente un sogno ce l'aveva anche lui, oppure Giulia Santini, Martina Zamponi (48), Ludovica Lentini (52), rimaste al palo.

Senza medaglie, ma a testa alta con orgoglio

Chiara Lisoni si è portata a casa un bel settimo posto nei 63 kg ed il coach azzurro Laura Di Toma non ha nascosto qualche rammarico: “Un vero peccato per la Lisoni che dopo uno splendido yuko sulla Sasaki si è poi dovuta arrendere alla superiorità della giapponese in ne waza. Ha poi mancato l'accesso alla finale per il terzo posto a causa di uno yuko incassato proprio all'ultimo secondo del match con l'ucraina Kukharuk”. La Di Toma ha aggiunto inoltre: “La giovane Flavia Favorini, primo anno cadetta, è stata eliminata al primo turno dalla brasiliana Ketelyn Nascimento, mentre Christian Parlati ha vinto con lo spagnolo Ferrer prima di arrendersi al mongolo Erdenesukh”.



Grande festa per la Bosnia Erzegovina che, al plauso pubblico di Marius Vizer per la perfetta organizzazione del mondiale in occasione della cerimonia di apertura, è arrivata anche la prima storica medaglia con il terzo posto negli 81 kg di Toni Miletic e bis solo sfiorato nei 73 kg, con Filip Stojak che

ha chiuso al quinto posto. Alice Bellandi si è classificata al settimo posto nei 70 kg ed il campionato del mondo cadetti a Sarajevo si è concluso dunque con uno 'score' di assoluto valore per l'Italia, classificata quarta nel medagliere con un primo, due secondi e tre settimi posti. Assieme alle grandi, subito dietro a Giappone, Russia e Olanda. Il commento di Nicola Moraci è diretto ed esaustivo: “Che peccato! abbiamo avuto l'occasione per rendere questo mondiale memorabile, ma le nostre due ragazze (Bellandi e Calagreti, ndr) non sono riuscite a ripetere la prestazione della scorsa settimana agli Eyof. Calagreti si è fatta sorprendere dal gaeshi della russa e ha visto sfumare così l'occasione di puntare alla finale, dove avrebbe incontrato l'ungherese già sconfitta in passato. La Bellandi invece, ha sconfitto la forte francese con un incontro veramente entusiasmante, ma con la croata, poi vincitrice del titolo, non è riuscita a ripetere l'esito della semifinale di sette giorni fa a Tbilisi. Nei recuperi Alice ha perso la concentrazione e, nonostante i nostri sforzi, ha combattuto con l'americana demoralizzata, priva di mordente. In ogni caso queste due ragazze hanno confermato il loro assoluto

valore in campo internazionale e questo mondiale si chiude con l'assoluta certezza di aver ben lavorato. Non è stato facile mantenere questi ragazzi con la giusta concentrazione per tre appuntamenti importanti, gli ultimi due a distanza di soltanto sette giorni uno dall'altro. Disponiamo di nove elementi di assoluto valore ed ora è necessario lavorare affinché tutto il gruppo raggiunga lo stesso livello internazionale. Un titolo mondiale, uno europeo, 5 medaglie d'oro agli Eyof e tutte le altre medaglie d'argento e di bronzo sono il premio per l'impegno delle società italiane, dei loro tecnici, del nostro lavoro e dimostrano che nulla è impossibile".

Giappone sempre più re

Dopo quattro giorni di gare individuali, il campionato del mondo a Sarajevo ha completato il suo programma assegnando anche i due titoli iridati alle squadre dei cadetti maschili e femminili. Il Giappone se li è aggiudicati entrambi, confermando l'evidente superiorità già espressa a livello individuale, così come la Russia, seconda nel medagliere individuale e sul

podio con entrambe le squadre, argento per i maschi, bronzo per le femmine sconfitte dall'eccellente Croazia, seconda a squadre sia agli europei che ai mondiali. Evidentemente Karla Prodan, oro mondiale nei 70 kg, è bravissima, ma non è tutta la Croazia.



Biagio D'Angelo sul podio





judo mondiali U18



judo mondiali U18

Giovanni Esposito sul podio



judo mondiali U18





Sofia Petitto sul podio



Una grande Italia a Sarajevo

-40 kg
1. BORISOVA, Olga RUS
2. BAASANSUREN, Oidovchimed MGL
3. BEDIUI, Oumaima TUN
3. MARIN, Lidia ROU
-44 kg
1. BILODID, Daria UKR
2. PETITTO, Sofia ITA
3. IGARASHI, Riko JPN
3. SILVA, Jessica BRA
-48 kg
1. KELDIYOROVA, Diyora UZB
2. VISSER, Jorien NED
3. BEDER, Tugce TUR
3. MOSDIER, Anais FRA
-52 kg
1. TOMIZAWA, Kana JPN
2. TOPOLOVEC, Tihea CRO
3. KORKMAZ, Irem TUR
3. SHRAINER, Margarita RUS
-57 kg
1. TAKEDA, Ryoko JPN
2. KANERVA, Emilia FIN
3. DABROWSKA, Anna POL
3. DELIU, Hannah GER
-63 kg
1. VERMEER, Sanne NED
2. SASAKI, Chie JPN
3. KUKHARUK, Hanna UKR
3. OBRADOVIC, Anja SRB
7. LISONI, Chiara ITA
-70 kg
1. PRODAN, Karla CRO
2. BOEHM, Alina GER
3. PEKOVIC, Jovana MNE
3. TAIMAZOVA, Madina RUS
7. BELLANDI, Alice ITA
+70 kg
1. SONE, Akira JPN
2. TOTH, Fanni HUN
3. KONDRASHOVA, Evgeniia RUS
3. SOUZA, Beatriz BRA

-50 kg
1. YSTYBAY, Aibolat KAZ
2. D ANGELO, Biagio ITA
3. BAYANMUNKH, Narmandakh MGL
3. NAGUCHEV, Kazbek RUS
-55 kg
1. IVANOV, Denislav BUL
2. MAMMADOV, Tofig AZE
3. AKHMAROV, Khamzat RUS
3. KHUBASHVILI, Vano GEO
-60 kg
1. KOGA, Genki JPN
2. MARCELINO, Michael BRA
3. BEGLARASHVILI, Robinzon GEO
3. BOGATYREV, Akhmed RUS
7. CAGGIANO, Luca ITA
-66 kg
1. ESPOSITO, Giovanni ITA
2. NINIASHVILI, Bagrati GEO
3. ISHIGOOKA, Hideyuki JPN
3. SARIKAYA, Ugur TUR
-73 kg
1. BALAMPANASVILI, Vasilii GRE
2. DUINOVS, Nikita LAT
3. CHERKAI, Oleksandr UKR
3. SODIKOV, Jasur UZB
-81 kg
1. PETERSILKA, Falk GER
2. MORISHIGUE, Igor BRA
3. MILETIC, Toni BIH
3. TURABOEV, Sherkhon UZB
-90 kg
1. CATHARINA, Simeon NED
2. KOTSOIEV, Zelym AZE
3. SACHYLOVICH, Anton BLR
3. SANEBLIDZE, Onise GEO
+90 kg
1. KAITOV, Kemal RUS
2. TASOEV, Inal RUS
3. HEGYI, Stephan AUT
3. MADZHIDOV, Khurshed TJK



Concentrati sulla sfida.

...al resto ci pensiamo noi.

TROCELLEN ITALIA



EUROPA SPORT srl

Import Export

Articoli Sportivi

EUROPA SPORT

Largo Beata Teresa Verzeri, 22 / 25

00166 Roma - Italia

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

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

Europei di Lotta: il grandioso poker dell'Italia giovanile

Quattro medaglie (con titolo continentale) per una nazionale scatenata che riporta in alto la Lotta olimpica italiana



di Giovanna Grasso – foto di Marco Arfè

Un risultato così non si ricordava dalla notte dei tempi: quattro medaglie, tra cui un titolo continentale femminile, per una nazionale di giovani scatenati. Oro continentale per la siciliana Teresa Lumia nei 40 chilogrammi, argento per la napoletana Emanuela Liuzzi nei 46 chilogrammi e due ottime medaglie di bronzo maschili, specialità greco romana, del torinese Giovanni Freni e del faentino Nicola Menghetti alle quali si il podio sfiorato da Jacopo Sandron. Quarto posto (a pari merito con la Romania) nella classifica a squadre femminile e decimo in quella greco romana: un risultato così non si festeggiava da tempo. Ancora a rilento, invece, l'andatura nello stile libero maschile, ma si sa che questa specialità è da sempre ostica ai colori azzurri (rimane a perenne monito il solo e unico titolo olimpico di Claudio Pollio nel 1980). Ma le cose stanno cambiando, la Lotta tricolore pare decisamente in divenire e inizia ad intravedersi una crescita che non si limita a uno/due atleti, ma che delinea chiaramente un gruppo e un lavoro di fondo ben concertato. *"Il bilancio è molto positivo – commenta il Consigliere federale Marco Arfè, Presidente della Commissione Nazionale Attività Giovanile – non solo per le medaglie vinte, ma per il livello di competitività raggiunto dai nostri giovani lottatori e lottatrici. Persino nello stile libero, dove non ci sono stati risultati, i nostri sei atleti in gara si sono battuti alla pari con avversari provenienti da nazioni che per tradizione sono da sempre ai vertici delle classifiche mondiali. Nessuna soggezione, niente sconti: i nostri ragazzi si sono mostrati all'altezza. Ci concentreremo e lavoreremo ancora in questa specialità per elevare il nostro livello.*

"La gara femminile – continua Arfè – è stata sorprendente nonché emozionante. Le nostre sette atlete sono, per più della metà, del 2000 quindi sono giovanissime della classe Esordienti, ma già in grado di competere ad alto livello." Questa affermazione è validata proprio dalle due medaglie "pesanti" incassate dalle Azzurrine Lumia e Liuzzi: entrambe quindicenni. Teresa Lumia ha mostrato una forza ed un'energia sorprendenti per il suo peso: ha condotto una gara esemplare, senza alcuna sbavatura. Dopo aver esordito nettamente contro la russa Zdorovenko (10-0), superato la bulgara Zheliazkova (5-4), battuto in semifinale l'ungherese Molnar (6-0) è approdata alla finale contro la rumena Cioclea. L'incontro ha mostrato una piccola grande azzurra sorprendente anche per la sua capacità di gestione tattica con la quale ha saputo controllare il tappeto per i quattro minuti di gara giungendo senza affanno (9 a 4 il risultato finale) a fregiarsi della corona di Campionessa Europea.

Altrettanto bella ed emozionante la gara di Emanue-



Teresa Lumia, Campionessa europea cadetta

la Liuzzi. Ha esordito con successo contro la bielorusa Sinkavets, superata per 8 a 3, ha contenuto e superato ai quarti la francese Douarre per 5 a 3, per vincere nettamente in semifinale sull'ucraina Zahayska (4-0). In finale ha trovato la tedesca Ersel con la quale è andata subito in vantaggio, per poi subire alcune azioni che l'hanno condotta ad una sconfitta di misura a pochi secondi dal fischio finale (4-6). *"E' un risultato che ci riempie di emozione e soddisfazione – commenta ancora il Consigliere Arfè – credo che nella storia della Federazione non abbiamo mai avuto due finali per l'oro in un campionato continentale o mondiale e questo è un traguardo che ci porta in alto. Teresa ha avuto freddezza ed è stata incredibilmente prorompente per i suoi soli 40 chilogrammi. Emanuela è dotata di un talento cristallino e ha perso la finale solo per inesperienza: le sarebbe bastato assecondare la spinta fuori della tedesca per perdere solo un punto e andare due pari e avrebbe vinto. Ma sono astuzie che si imparano con l'esperienza, questo non toglie nulla al valore che ha mo-*

strato in gara.

Siamo soddisfatti anche per le altre atlete che si sono avvicinate al podio: Alessia Cencioni e Elena Esposito sono arrivate ad un passo dalla semifinale. Hanno combattuto bene, mostrando un carattere eccezionale per la loro età, infatti, sono tutte del 2000. Oltre a combattere bene hanno saputo tirare fuori sicurezza, carattere e convinzione, tutti elementi che fanno la differenza in gara. Il futuro è sicuramente rosa."

Le altre due medaglie sono giunte entrambe dalla specialità greco romana, quella del Campione Olimpico di Pechino 2008 Andrea Minguzzi per intenderci.

Giovanni "diavolo" Freni e Nicola "pulce" Menghetti (come affettuosamente li hanno soprannominati i tecnici della nazionale) hanno concluso entrambi con un bronzo al collo.

La gara dei 50 chilogrammi ha visto un inarrestabile Freni imporre un secco 10 a zero al lettone Mezors, castigare il georgiano Abuladze

con un 10 a 2 e subire rabbiosamente la sconfitta in semifinale dal russo Sefershaev, se non dopo aver tentato una clamorosa rimonta (5-7). La lotta per il bronzo è stata resa difficile dal tifo (non solo sugli spalti) a favore del suo avversario, Kolompar, atleta di casa. Ma nulla è stato possibile contro l'azzurro, nettamente più forte, che è salito sul podio grazie alla vittoria per 8 a 3.

Nei 42 chilogrammi Menghetti ha mostrato un carattere d'acciaio infilando il moldavo Morneala (7-3), il croato Jurajivic (10-1) e battendosi con onore contro il russo Zabeyvorota (3-6) che lo ha mandato ai ripescaggi. Nella finale per il bronzo nulla ha potuto il turco Yildirim contro la tenacia del piccolo grande azzurro, che lo ha sconfitto per 8 a 5.



Il podio con Teresa Lumia in oro



Emanuela Liuzzi, Vicecampionessa Europea cadetta

Podio sfiorato anche nei 54 chilogrammi con il torinese Sandron, che ha condotto un'eccellente gara battendo il croato Borecki per 9 a 0, l'ungherese Kecskemeti per 6 a 1 per poi fermarsi al passo contro il russo Chigirev (2-9) in semifinale. Nella finalina per il bronzo incontro difficile per l'azzurro causa l'ac-

cumulo di un eccesso di penalità contro il turco Uyar, che lo ha lasciato ai piedi del podio.

"È comunque il miglior risultato di sempre - conclude il Consigliere federale Marco Arfè - è la prima volta che in un solo campionato continentale l'Italia riesce a collezionare un titolo e così tante medaglie. Questo risultato dimostra chiaramente come nel movimento della Lotta olimpica italiana si sia innescato un cambiamento, soprattutto grazie al lavoro che viene fatto in collaborazione tra staff nazionale e tecnici sociali durante tutto l'anno. Il mio ringraziamento va, perciò, oltre che agli atleti ed ai tecnici della nazionale giovanile ai tecnici delle Società che lavorano sul territorio per la loro perizia e lo spirito di collaborazione e anche alle famiglie che permettono ai loro ragazzi e ragazze di "distrar-

si" dagli impegni scolastici per dedicarsi a questo nostro sport meraviglioso che è la Lotta."

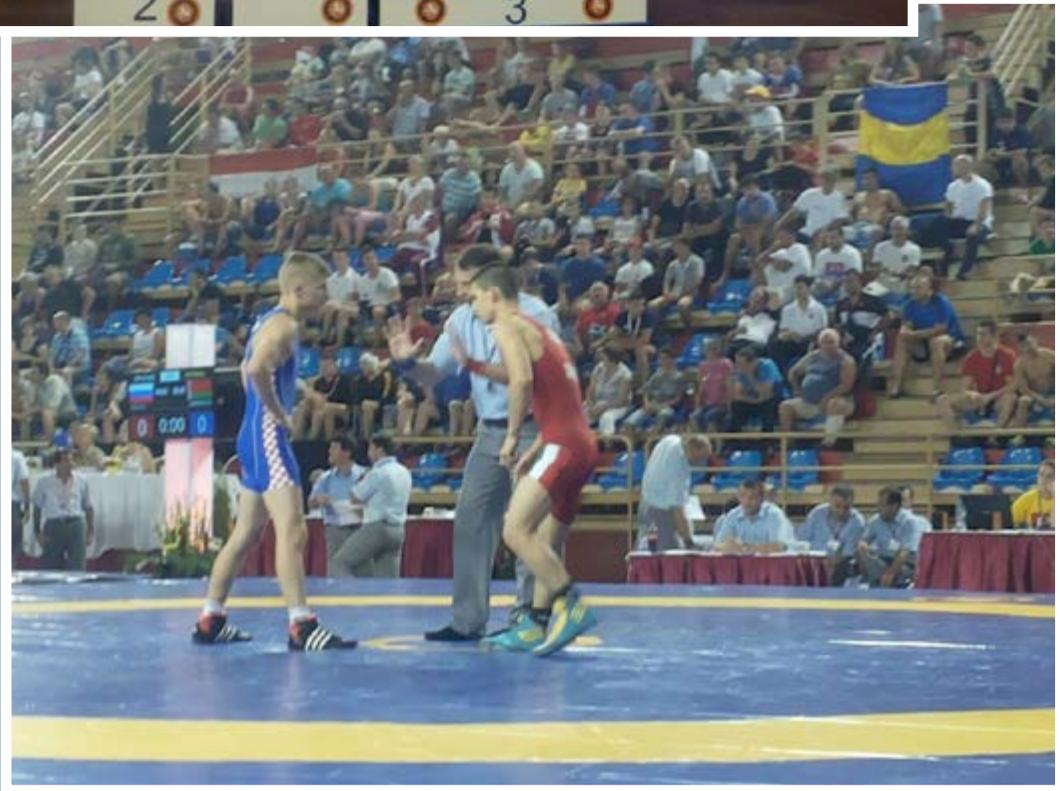
Nicola Menghetti e Giovanni Freni festeggiati dal Consigliere federale Marco Arfè, Presidente della Commissione Nazionale Attività Giovanile



Giovanni Freni sul podio dei 50 chilogrammi greco romana



Nicola Menghetti sul podio dei 42 chilogrammi greco romana



Podio sfiorato con Jacopo Sandron nei 54 chilogrammi greco romana

Campionato Italiano Master: la prima volta della Lotta



di Rossana Carturan - foto Emanuele Di Felicianonio

Il caldo è intenso, eppure è solo il 5 giugno, ma l'aria è bruciante e non solo per una temperatura esterna elevata ma perché l'emozione scorre con energia nelle vene di questi grandi atleti che hanno contribuito a rendere la lotta uno sport bello, importante, vero, e non solo in Italia. Ora sono di nuovo qui, tutti o quasi, a misurarsi, a rimettersi in gioco, a crederci come sempre, forse anche di più. Si pesano, non sono più nelle loro originali categorie, di tempo ne è passato, per alcuni poco, per altri di più, eppure non importa: il vigore con cui ogni atleta ha esibito la propria disponibilità ad esserci, a voler combattere a trovarsi di fronte avversari a volte più giovani, a volte più grandi, non ha minato neanche per un momento l'entusiasmo e la forza. Sono tanti, tanti che contarli non ci si riesce e chi non ha potuto partecipare

zetto con durezza ma nulla scalfisce la loro determinazione. Salgono uno ad uno tutti quanti sulla materassina, combattono con vitalità sotto gli occhi di tutti. Alzo lo sguardo verso gli spalti e mi rendo conto che un grande pubblico di grandi e piccoli è lì a guardarli, ad emozionarsi, a volte anche a commuoversi: è uno spettacolo. Ritorno con gli occhi sulla materassina, alcuni li conosco, anche personalmente, altri ne ho sentito parlare, mi sussurrano all'orecchio: "lo vedi quello lì? Ha vinto i giochi del mediterraneo..." oppure: "vedi lui? Tre olimpiadi ha fatto"...e così via. Tutti, proprio tutti, sono insieme perché la soddisfazione più grande è essersi ritrovati. La gioia è sempre più inarrestabile e contagia chiunque. Si va avanti per ore e ore, con il sudore, la stanchezza, ma non si desiste, non si abbandona, si lotta, come sempre,

fino alla fine e con la stessa energia senza mai rinunciare. Ci siamo, ora siamo alla fine di questa giornata intensa, si premia, si commenta su come ci si è esibiti, ci si entusiasma per la vittoria o ci si consola nella sconfitta ma sempre con un grande sorriso. Si torna a casa contenti, tutti. Grazie Maestro Ortelli, grazie per aver creduto e portato a tutti quanti questo campionato questa dimostrazione di sportività, agonismo, e gioia del-



ha in qualche modo firmato la sua presenza con un gesto, con una attenzione o solo con magnifiche parole di incoraggiamento per tutti. Li osservo, hanno una capacità di trasmettere vitalità e costanza che lascia intimiditi. E' un piacere contagioso, che si rinnova negli abbracci, nelle pacche sulle spalle, nell'ironia, senza mai perdere competitività, quella sana, quella che solo i grandi atleti conservano per sempre. Ci si saluta e ci si ritrova il giorno dopo.

Ora è davvero tutto pronto. Gli accoppiamenti sono fatti, i gironi sono pronti. il caldo esterno si insinua nel palaz-

lo sport. Grazie per aver dato a noi, semplici spettatori, l'occasione di rivedervi tutti e grazie agli atleti per questa bella lezione di vita sportiva e non solo. Un grande insegnamento che non dovrebbe mai essere ombrato o perduto. Alla prossima e spero davvero presto.

1° campionato master





1° campionato master



1° campionato master



Gli Istruttori M.G.A. 3° livello si aggiornano

testo e foto di Enzo Failla

MGA corso nazionale

Il piacevole rituale di Insegnanti Tecnici che movimentano l'ingresso e poi i viali del Centro Olimpico Federale "Matteo Pellicone", è iniziato come al solito di buon mattino in un caldo sabato di fine luglio. Motivo comune, il consueto aggiornamento annuale per gli Istruttori del Metodo Globale Autodifesa abilitati al 3° livello, obbligatorio per il mantenimento della qualifica più alta prevista dalla F.I.J.L.K.A.M. in tema di difesa personale. Il programma per l'anno 2015 è stato pianificato in maniera particolarmente corposa, sia per quel

che riguarda gli interessanti argomenti proposti, che per l'opera dei docenti altamente qualificati che hanno prestato il loro prezioso contributo per costruire al meglio una giornata produttiva di studio ed allenamento.

Dopo l'accredito dei numerosi In-

segnanti, curato impeccabilmente e come d'abitudine dalla gentile e insostituibile Anna Paolini, il programma è iniziato come previsto e con grande puntualità alle 9,30 con il saluto ai convenuti del Presidente della F.I.J.L.K.A.M. Domenico Falcone. Dopo le parole di elogio nei confronti di quanti si sono impegnati e si impegnano giorno per giorno a favore del Metodo Federale, il Presidente ha sottolineato la sorprendente partecipazione all'appuntamento dei quadri Istruttori di 3° livello, segno dell'ottimo stato di salute dell'M.G.A. Rimarcando l'importanza della promozione dello stesso Metodo, anche attraverso i moderni e più immediati mezzi di comunicazione,



Il Presidente Federale Domenico Falcone con il Presidente della Commissione MGA Gianni Morsiani



I magistrati Franco Pasquariello e Fulvio Rossi

come la posta elettronica e i social network, ha invitato però gli utilizzatori ad una maggiore prudenza ed oculatezza nell'utilizzo degli stessi, riportando le varie problematiche eventualmente affrontate nei contraddittori virtuali, su un

piano di più civile dibattito nei modi e nei contenuti.

A seguire, il Presidente della Commissione MGA Gianni Morsiani, ha analizzato dettagliatamente l'attività svolta, elogiando l'opera importante di tutte le regioni, impegnate nello sviluppo e nella pubblicizzazione del Metodo. Il valore di tutto questo, oltre che nei visibili risultati del lavoro dei Comitati e dei Fiduciari, è oggi messo maggiormente in luce dall'utilizzo dei Docenti nei corsi e negli stage nazionali, a suggello delle intrinseche risorse e delle intelligenze tecniche e professionali dei nostri Insegnanti.

La prima parte del programma della mattina si è aperta

con la visione di un filmato realizzato dal Maestro Vittorio Sola, Insegnante e Poliziotto presso la Scuola di Polizia per il controllo del territorio di Pescara. Il video ha tenuto col fiato sospeso tutti i partecipanti per le immagini di cruda realtà relative ad attacchi con armi bianche e da fuoco, riproponendo il problema dell'estrema superficialità con cui spesso viene trattato in altre organizzazioni questo delicato argomento.

Scandendo la necessaria cronometrica programmazione, nella inconsueta veste affidatami per l'occasione di conduttore dei lavori, ho piacevolmente offerto la parola ai Magistrati Fulvio Rossi e Franco Pasquariello per l'intervento denominato "Criticità e



Il docente Riccardo Fusilli



Il tavolo dei relatori

stato dell'arte nelle difese d'armi bianche e da fuoco". Interessante e stimolante come sempre, il lavoro svolto con una gradevole e integrativa alternanza dai due illustri togati, ha evidenziato la complessa normativa sulla legittima difesa, anche attraverso la disamina di casi e sentenze proposte per l'occasione.

Proseguendo nel programma, la Psicologa e Criminologa Susanna Loriga, ha presentato brevemente il lavoro relativo al "Combat stress and stress inoculation" che si sarebbe svolto successivamente nel pomeriggio in palestra.

La chiusura della proposta del mattino è stata particolarmente apprezzata dai presenti per l'intervento dell'Avv. Riccardo Fusilli che ha esposto una selezione della sua collezione di armi bianche e da fuoco di varie epoche. L'analisi e le caratteristiche delle armi presentate, anche attraverso il racconto suggestivo della storia e del contesto sociale e culturale nel quale le stesse si sono sviluppate, è stato estremamente utile anche per la comprensione

del loro utilizzo, soprattutto alla luce delle nuove etnie presenti nel nostro paese e delle recenti gravissime aggressioni.

Una breve e costruttiva discussione ha concluso la prima parte del corso che, dopo la pausa del pranzo, è ripreso nel-

la confortevole nuova palestra del Centro.

La Maestra Cinzia Colaiacomo, componente della Commissione Tecnica Nazionale, ha iniziato la sessione dei lavori sul tatami, affrontando un tema a lei molto caro e di grande attualità riguardante la difesa personale in rosa, accattivante anche nel titolo: "Donna Difesa, M.G.A. e universo femminile". Le note caratteristiche di grande capacità didattica, la forza espressa, insieme alla sua pacata determinazione, hanno come al solito letteralmente catalizzato l'attenzione dei partecipanti, confermandone l'indubbio valore tecnico e professionale.

Il seguito del programma, già presentato al mattino e affidato alla Dottoressa Susanna Loriga, è stato proposto anche sotto forma di esercitazione pratica e illustrato capillarmente attraverso suggestive e articolate argomentazioni. L'universo misterioso del nostro essere profondo, pressoché sconosciuto per la grande maggioranza dei presenti, ha materializzato paure, sensazioni, sentimenti,

pulsioni della nostra interiorità, preda alle situazioni di rischio e di stress estremo, evidenziando le grandi doti di comunicazione e di interazione della Docente.

Una breve pausa, ha permesso ai presenti di ristorarsi e di riprendere l'attività pratica con la direzione del Maestro Mario Dell'Aquila, Docente Nazionale e Fiduciario Regionale M.G.A. per la regione Campania. Il tema offerto, relativo alle situazioni di conflitto reale,

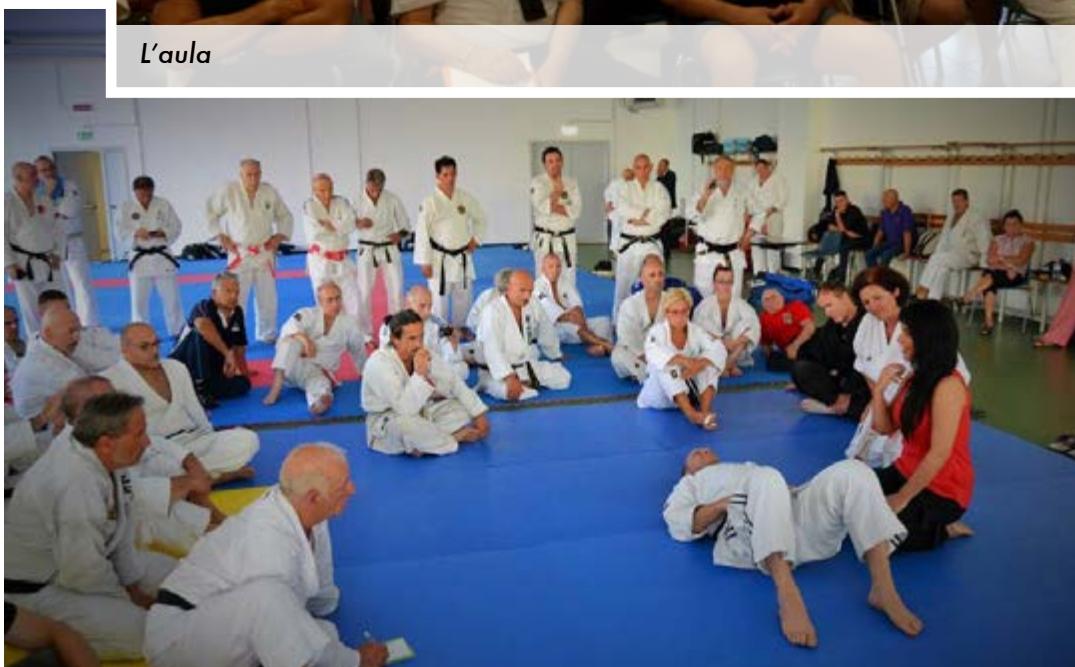
"Prosemica e biomeccanica nelle tecniche M.G.A. - efficacia e concetto di distanza", è stato particolarmente apprezzato per la grande importanza rappresentata dalla comprensione motoria ed esecutiva delle tecniche del Metodo e dall'apprendimento delle strategie di movimento attuate in spazi differenti. Maestria, sobrietà, piacevole proprietà di linguaggio tecnico e relazionale, hanno confermato il valore di un grande Maestro.

A Massimiliano Leone, Docente Nazionale e Fiduciario Regionale per la regione Sicilia, è stata affidata la conclusione tecnica di questa lunga ed interessante giornata di lavoro comune. Un tema attuale e particolarmente alludente, "Concatenazioni delle Tecniche M.G.A. - concetto di azione-reazione", è stato suggerito con grande partecipazione e trasporto nell'appassionata e puntuale disamina dimostrativa. Le azioni eseguite con continuativa razionalità, hanno impegnato tutti i Tecnici in un ultimo piacevole e laborioso allenamento collettivo.

L'intervento del Maestro Giancarlo Bagnulo, Coordinatore dei Docenti Nazionali, ha rafforzato l'idea di lavoro comune attraverso lo studio continuo del Metodo Federale.



L'aula



Un momento delle lezioni pratiche

Metodo che deve continuare a rappresentare un sistema difensivo che rispecchi la realtà e l'onestà delle proposte. Tutto questo, mantenendo le sue precise peculiarità tecniche e didattiche con cui è nato e si è sviluppato e che, pur guardando ad una sua naturale ricerca di evoluzione e di crescita, non deve scendere nella tentazione di seguire mode e andamenti costruiti quasi esclusivamente a scopo commerciale.

La presenza di personalità illustri del mondo federale, nello specifico del Judo, quali Gavino Piredda, Monica Piredda e Maurizio Calderini, quest'ultimo in veste di osservatore e fotografo, ci ha gradevolmente compiaciuti. I campioni internazionali di Kata dal palmares stellare, hanno espresso tutta la loro approvazione ed il loro interesse verso il Metodo Globale Autodifesa, suggerendo una cooperazione costruttiva per il futuro. Un motivo in

più per proseguire su questa strada, auspicando una loro costante partecipazione e collaborazione futura. Nelle conclusioni che mi sono state affidate, ho sentito forte il desiderio di ringraziare di vero cuore, anche a nome di tutta la Federazione, gli amici presenti. Ne ho elogiato doverosamente e sinceramente la piena ed entusiasta partecipazione, il loro spirito di appartenenza federale e di sacrificio reale, anche per aver affrontato, in molti casi, un lungo viaggio e le alte temperature di questa torrida estate. Impegno, d'altra parte, voluto e desiderato dagli stessi Tecnici, al fine di mantenere continui stimoli di crescita e di miglioramento nelle conoscenze e nelle motivazioni. Così come la nostra Federazione suggerisce e, a volte, richiede con forza, a testimonianza dell'alta qualità e della specifica professionalità che solo un'organizzazione sportiva come la F.I.J.L.K.A.M. può offrire.

I Fiduciari Claudio Valentini e Giuliano Invernizzi



Il docente Mario Dell'Aquila

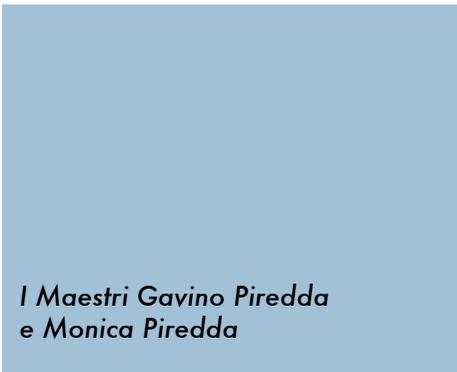




Il docente Massimiliano Leone



Il campione di kata di Judo Maurizio Calderini



I Maestri Gavino Piredda e Monica Piredda



La Commissione Nazionale con il coordinatore dei Docenti Giancarlo Bagnulo



La docente Susanna Loriga con il Maestro Vittorio Sola



TIMEOUT

V I D E O

Vendita promozionale sui video di produzione

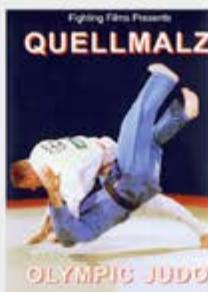
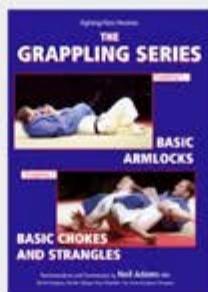
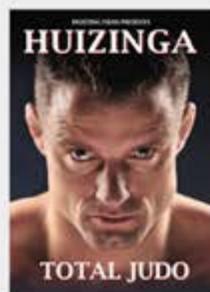
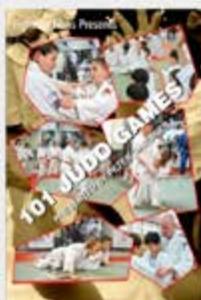
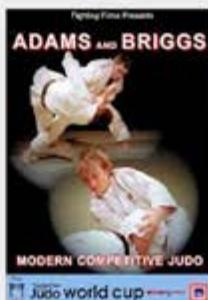
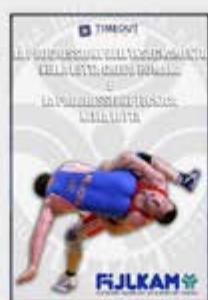
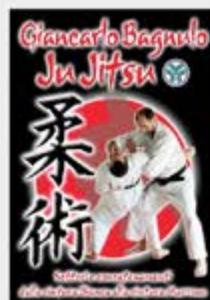
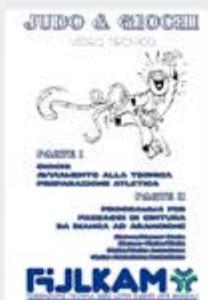
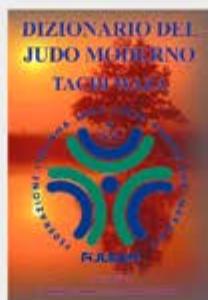
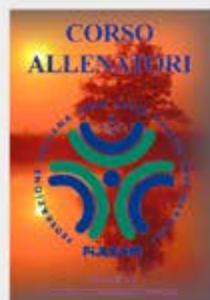


Per i lettori di Athlon tutti i dvd al prezzo speciale di

€15,00*

da oggi
disponibili
anche
in formato
FILE
DIGITALE!

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



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

7° Trofeo "Giovani Samurai" Memorial Sardus Tronti

Mille iscritti per festeggiare i 60 anni di storia del Judo Club Sakura Osimo



di Federica Pasqualini – foto Michael Frontalini, Giampaolo Mucci

La storia come parte di ciò che siamo, passato e presente che si intrecciano per foggare il futuro. Questo il tema che ha fatto da sfondo alla settima edizione del Trofeo di Judo "Giovani Samurai" – Memorial Sardus Tronti, svoltosi sabato 6 e domenica 7 giugno 2015 nella moderna e ampia struttura del PalaBaldinelli di Osimo (AN). Un'edizione speciale, questa del 2015, perché il Judo Club Sakura Osimo ASD – organizzatore del Trofeo – festeggia sessanta anni di storia. Non un'inezia. Costituita nel lontano 1955, la società "senza testa" vanta il primato storico nelle Marche; da allora ha protratto ininterrottamente la sua attività fino ad oggi e, grazie all'entusiastico impegno di vari personaggi susseguitisi alla sua guida, ha potuto scontare le difficoltà e raccogliere grandi soddisfazioni. Antesignano fu il Prof. Sardus Tronti, principale artefice della fondazione del Sakura, sua indiscussa "stella polare" per quasi mezzo secolo. Il Memorial non poteva che essere dedicato a Lui. Oltre mille i judoka che nelle due

giornate hanno aderito alla manifestazione, provenienti da Marche, Abruzzo, Emilia-Romagna, Lazio, Puglia, Toscana, Umbria e da San Marino. Per accogliere al meglio una tale mole di atleti, quest'anno l'organizzazione ha pensato bene di disporre nove *mini-tatami* il sabato per la manifestazione propedeutica riservata ai Preagonisti e cinque aree la domenica per la competizione individuale degli Agonisti e la gara a squadre Ragazzi. Come da tradizione, la due-giorni si è aperta ufficialmente sabato pomeriggio con l'esibizione di Judo Show curata dagli atleti più grandi del Sakura, seguita dalla sfilata delle società partecipanti, con i piccoli portacolori rigorosamente in *judogi*. Una volta schierate sul tatami, il Presidente del Sakura Carlo Carletti ha consegnato a ciascuna società una medaglia di pregio celebrativa del Sessantesimo. La manifestazione è poi entrata nel vivo con i combattimenti della classe Bambini (2011-2008), i primi a calcare la materassina. Per loro la formula di gara prevedeva incontri



Panoramica sulle aree di gara del sabato

REGIONALI JUDO

distinti di *Tachi Waza* (lotta in piedi) e *Ne Waza* (lotta a terra) e il termine dell'incontro al raggiungimento dei venti punti judo. Dopo di loro, è arrivato il turno dei Fanciulli (2007-2006) e dei Ragazzi (2005-2004), impegnati nella seconda tappa del circuito marchigiano "Gran Premio Giovanissimi 2015". Per loro la gara consisteva in incontri in piedi con diretto proseguimento a terra. La sera, quasi al termine della manifestazione, sono state premiate

con delle coppe colme di caramelle le tre società con il maggior numero di iscritti, nell'ordine: Rappresentativa CSEN Abruzzo (1[^]), Polisportiva Senigallia (2[^]) e Jigoro Kano Firenze (3[^]). Nella mattinata di domenica si è svolta invece l'avvincente gara a squadre miste maschili e femminili della classe Ragazzi, cui hanno aderito quindici squadre. Dopo quasi quattro ore di gara, è emerso un podio "trasversale" tra le regioni: sul gradino più alto, per il secondo anno consecutivo, il collettivo Judo Pesaro Mondolfo, che in finale ha battuto il Judokan Pomezia; terzi ex aequo il Geesink Modena e il Judo Piombino,

che ha lasciato ai piedi del podio la formazione di casa. Parallelamente sugli altri tatami e fino al tardo pomeriggio si è svolta la gara individuale delle classi Esordienti A (2003), Esordienti B (2002-2001), Cadetti (2000-1998), Juniores+Seniores (1997-1980), divisi per cintura. Per le prime tre classi la gara era valevole come seconda prova del "Gran Premio Marche 2015", mentre per la classe unificata Juniores+Seniores era dispensatrice dei punti per i dan della cintura nera. La classifica finale ha visto primeggiare i padroni di casa, che tuttavia hanno deciso sportivamente di declinare piazzamento e relativi premi in favore della seconda classificata, restando fuori classifica. Questo dunque il podio definitivo: Rappresentativa Umbra (1[^]), Judo O.K. Arezzo (2[^]), Centro Sportivo Budokai Avezzano (3[^]).

Tante le autorità del mondo istituzionale sia sportivo che civile che nelle due giornate hanno presenziato l'evento: il Presidente del CONI Marche Fabio Sturani, il Delegato Pro-



Panoramica sulle aree di gara della domenica



Un momento dell'esibizione di Judo Show

vinciale del CONI Ancona Fabio Luna, il Presidente del C.R. Marche FIJKAM Ulrico Agnati, gli Assessori Alex Andreoli e Flavio Cardinali in rappresentanza dell'Amministrazione Comunale. Un ringraziamento sentito va anche a chi, pur non potendo intervenire personalmente, si dimostra sempre vicino al Club: il Vice Presidente del settore Judo del C.R. Marche Claudio Verdini e la Signora Tronti, il cui generoso supporto è stato fondamentale per la buona riuscita della manifestazione. Infine, un grazie speciale a tutti gli Atleti, agli Insegnanti Tecnici che hanno diretto a titolo gratuito i combattimenti dei Preagonisti e a quelli che hanno semplicemente seguito i propri allievi, agli Ufficiali di Gara che con la loro professionalità hanno assicurato il regolare svolgimento della manifestazione, a tutti i collaboratori, preziosi quanto indispensabili. A tutti diamo appuntamento alla prossima edizione!

Per tutte le classifiche, consulta il sito www.judosakuraosimo.it



Un incontro della classe Preagonisti



Premiazione società più numerose del sabato

Il Presidente del Sakura Carletti premia il Presidente del C.R. Marche Agnati



Gara a squadre



La squadra Judo Pesaro Mondolfo vincitrice del Trofeo

Un incontro della classe Agonisti



Barcis: patria del Sumo per grandi e piccini

Friuli Venezia Giulia



testo e foto di Paola Boz

La Coppa Europa a squadre ed il Trofeo Comune di Barcis sono giunti ormai alla settima edizione e quest'anno sono state accompagnate dal 1° Sumo Day dedicato ai giovanissimi. A distanza di un giorno, giusto il tempo per gli atleti di rientrare nelle proprie sedi e di postare le proprie foto su Facebook, a Barcis tutto il paese mormora di questo. Chi dei più piccoli chi dei più grandi, chi della squadra del Tajikistan che, con un rocambolesco viaggio è riuscita ad arrivare in tempo per gareggiare... l'argomento è sempre il Sumo!

La squadra tagika infatti è rimasta bloccata per un problema al pulmino a Monaco ed ha deciso di venire



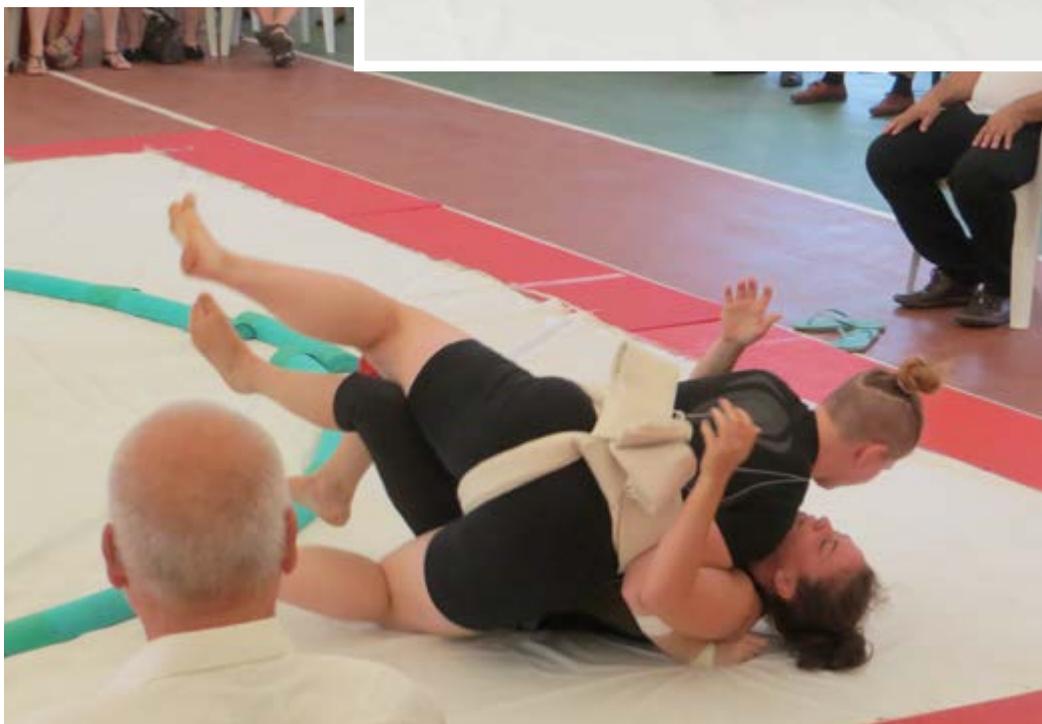
in treno fino a Pordenone per non perdere l'occasione di partecipare anche quest'anno alla gara a Barcis ormai un mast della loro calendario agonistico.

Il loro arrivo è stato accolto con un fortissimo applauso che li ha accompagnati poco dopo all'avvio della competizione.

Tra gli applausi del numeroso pubblico accorso ad assistere la manifestazione, gli atleti provenienti dalla provincia di Pordenone (Skorpion, e Gawa), dalla regione (Isao Okano Monfalcone), dal Veneto, dalla Sicilia, dal Tajikistan, dall'Ukraina e da ben tre zone della Germania, hanno dato il meglio di se, disputando degli incontri veramente spettacolari.

L'idea di inserire anche i giovani è nata per permettere agli atleti, che già praticano il Sumo durante l'anno, di concretizzare il lavoro svolto e di vivere un'esperienza agonistica nuova e singolare; infatti Barcis è l'unica gara a livello italiano veramente rivolta a tutte le età; ma è stato anche il modo per proporre e promuovere questa antica disciplina così antica e così ancora poco conosciuta qui in Italia. A questo scopo sono stati organizzati due alle-

namenti, uno il giorno prima della gara ed un altro il mattino stesso, in modo tale da permettere a tutti di provare e capire le semplici regole che stabiliscono vittoria o sconfitta nel sumo. Gli incontri hanno una durata brevissima, perchè per vincere basta spingere fuori dal dohyo (cerchio che delimita l'area di gara) l'avversario o fargli toccare una parte del corpo (che non sia la pianta dei piedi) a terra. A tale appuntamento, organizzato dall'A.S. Sport Barcis in collaborazione con il Fenati di Spilimbergo e con lo Skorpion di Pordenone, hanno presenziato il Presidente della



Commissione Federale Sumo M° Scuderi, il responsabile degli arbitri nazionale Sergio Palumbo, il D. T. nazionale Giovanni Parutta ed il Tecnico Gianni Finati. Particolare risalto e colore alla manifestazione è stato dato dal commentatore professionista Juliene Buratto che ha accompagnato atleti e pubblico nello svolgimento dell'azione. Per il Comitato regionale FIJLKAM si segnala la presenza del Vice Presidente (settore Judo) Maria Grazia Perrucci ed Elisabetta Fratini componente dello Staff Tecnico della Federazione internazionale.

La città di Barcis ha accolto gli atleti con il Sindaco ed i suoi assessori e con la Pro Barcis che hanno sostenuto Paola Boz (plurimedagliata ai mondiali ed europei di Sumo

e barciana doc) vera anima della manifestazione.

L'organizzazione di questo importante evento è stata possibile grazie al contributo della Regione FVG, ma soprattutto grazie alla collaborazione dei tanti volontari e amici che hanno reso questa manifestazione non solo una gara, ma soprattutto un esempio dell'ospitalità friulana.

Resteranno inoltre

indelebili i sorrisi e l'entusiasmo dei bambini nell'attendere e nel affrontare la gara e perchè no...anche le lacrime di chi ahimè è stato poi sconfitto!

E come pure il fuori programma avvenuto con l'improvvisa emulazione degli incontri visti da parte di alcuni baby fans presenti alla manifestazione.



In Liguria intense attività federali



Liguria

a cura del CR FIJLKAM Liguria

Al palazzetto dello sport di Quiliano, si è svolta, all'interno della manifestazione Qui Sport organizzata dal Comune, la festa Sport a Scuola "San Carlo Wako's", organizzata dal Comitato Ligure, settore karate. Alla manifestazione erano presenti il sindaco di Quiliano Prof. Alberto Ferrando, il commissario del Comitato Ligure FIJLKAM Sig. Guido Sandionigi, il Vicepresidente del Comitato Franco Quaglia e il M° Rodolfo Fersini, responsabile dell'attività giovanile regionale. Hanno partecipato le Scuole elementari del comprensorio di Valleggia e Quiliano, la Scuola elementare di Savona "25 Aprile" e la Scuola elementare di Diano Marina "Villa Scarsella" raggruppando 600 alunni che, sotto il controllo e la guida dei numerosi docenti e tecnici del settore karate presenti, hanno messo in pratica quello che hanno imparato durante l'anno scolastico 2014/2015. La manifestazione si è svolta in un clima festoso e divertente con-



cludendosi grazie allo sponsor San Carlo Wako's con la distribuzione dei gadget. Considerata l'elevata affluenza



di bambini e pubblico è stato sicuramente un grande successo per la promozione della nostra disciplina. Il Vicepresidente Franco Quaglia ha ringraziato i tecnici coinvolti per la partecipazione e la fattiva collaborazione: Mirko Da Boit, Roberto Ferrigno, Ireneo Vermiglio, Barbara Tiberti, Edo Lorenzetti, Vincenzo Ausonia, Angelo Ferrero, Antonio Musuraca, Andrea Di Latte, Gianni Dameri, Ivonne Giacchino, Giorgia Foti, Francesco Rovere, Paolo Banaudi, Pietro Banaudi, Claudio Rossi, Davide Nizza. I grandi, invece, sono stati interessati dalla terza edizione dei Campionati Master. Era-

no presenti all'evento il Consigliere nazionale M^o. Pietro Zaupa, l'Assessore del Comune di Quiliano Pierluigi Lavazzelli, il delegato CONI Savona Roberto Pizzorno e, in rappresentanza degli Azzurri d'Italia, il M^o Fiorenzo Zucconi. 212 gli atleti in gara in rappresentanza di 98 Società. Le gare sono iniziate con la competizione di kata che ha interessato 61 atleti maschi e 24 atlete femmine per poi proseguire con il kumite con 118 atleti maschi e 7 atlete femmine. Tra gli iscritti erano presenti atleti agonisti ex nazionali ex agonisti o addirittura chi non ha mai vissuto esperienze di gara, a dimostrazione che la voglia di mettersi in gioco è tanta. Il Maestro Franco Quaglia è stato soddisfatto per l'ottima riuscita della giornata dove, in primis, si è visto e vissuto un clima di assoluta serenità all'insegna dell'amicizia e sportività. Questo evento, che anno dopo anno cresce sia dal punto di vista numerico ma soprattutto tecnico, è stato un banco di prova importante per il prossimo appuntamento degli European Master Games che si svolgeranno in Francia il 2 e 3 Ottobre, dove sicuramente ci sarà una folta partecipazione. Un ringraziamento particolare è stato rivolto al M^o Rodolfo Fersini, a Raffaella Carlini ed a Aldo Vallicelli che hanno contribuito alla riuscita dell'evento.



TROCELLEN

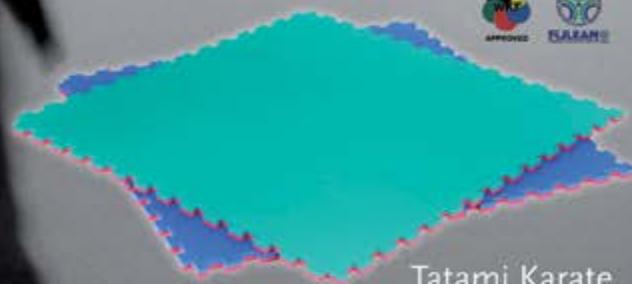
FURUKAWA Otsuka

TATAMI MULTIUSO

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



Tatami MMA



Tatami Karate

Inaugurata la nuova Scuola di Judo presso Crossfit 06

Lazio



di Roberto Tamanti

Si è inaugurata, presso il "BOX CROSSFIT 06" a Nord di Roma sulla via Cassia al n° 2041, in zona Olgiate - La Storta, una nuova scuola di judo per normodotati, ipovedenti e non vedenti. Al taglio del nastro, insieme al M° Roberto Tamanti in qualità di direttore tecnico, era presente il Presidente della "Rotary Club Roma Giulio Cesare" Dott. Alessio Marino accompagnato dal coordinatore del Progetto "Più Judo per Tutti" Avv. Vincenzo Maria Scaramano e dal M° Stefano Di Puccio Allenatore delle Fiamme Oro di judo; il tutto svolto con l'ospitalità del Presidente della struttura Gabriele Correnti.

Moltissimi i judoka e gli allenatori presenti all'inaugurazione che si sono uniti ai ragazzi dell'ASD Ayumi-Ashi Judo Club di Roma, tesserati con la FISPIC "Federazione Italiana Sport Paralimpico Ipovedenti e Ciechi" del Comitato Italiano Paralimpi-



Atleti Paralimpici con il Presidente di Crossfit 06 Dott. Gabriele Correnti



Gruppo bambini con il Campione Mondiale Ju. IBSA Cannizzaro Simone

co. Con gli atleti: Simone Cannizzaro, Federico Dura, Lucrezia Fulle e Valerio Teodori. La graditissima presenza del Presidente del XV Municipio Dott. Daniele Torquati, del Coordinatore CONI quadrante Nord-Est, del Fiduciario Coni di Monterotondo, del Responsabile Regionale Comitato Lazio Judo FIJLKAM Scuola e Promozione Prof. Stefano Zega, del Presidente della Commissione Nazionale Disabilità della FIJLKAM M° Giancarlo Celotto e dell'Allenatore di Judo delle FF.OO. M° Stefano di Puccio, ha arricchito il parterre della nuova struttura e ha

dato lustro a questo nuovo progetto che vuole veicolare il judo verso tutti senza lasciare indietro nessuno. Infatti, la nuova scuola di judo è aperta a tutti, dai bambini agli adulti per il judo agonistico e amatoriale maschile e femminile ed è totalmente gratuita per ipovedenti e non vedenti.

Per tutto il nostro gruppo è stato un immenso piacere ricevere l'invito per il Paralimpico Simone Cannizzaro, per l'"European Day of Integrated Sport", Giornata Europea dello Sport Integrato, dove è stato intervistato da

RAI SPORT 1 in veste di Campione del Mondo Juniores judo IBSA 2015. Federico Dura e Lucrezia Fulle, entrambi Vicecampioni del Mondo juniores judo IBSA 2015 e Valerio Teodori, campione Italiano Fispic, sono stati invitati dalla Rotary Club Roma Giulio Cesare.

Nota bene:

Gli insegnanti tecnici di judo, qualora fra i propri iscritti avessero atleti Ipovedenti e non Vedenti, possono contattare la FISPIC (Federazione Italiana Sport Paralimpico Ipovedenti e Ciechi) per informazioni. Ufficio Tesseramenti Signor Andrea Cesolini (tel. uff. 06-36856305 e-mail: cesolini@fispic.it)



Simone Cannizzaro invitato all'European Day of Integrated Sport con il M° Roberto Tamanti

Simone Cannizzaro con la Rappresentativa del Lazio con il Prof. Stefano Zega



Sport e Solidarietà: binomio vincente in Puglia



Puglia

di Cristina di Raimondo

Un indubbio successo la Manifestazione denominata: "Sport e Solidarietà" organizzata in San Giorgio Jonico Taranto dalla A.S.D. TAO-SHIDO sotto l'esperta guida dei Dirigenti e Tecnici: Maestro c.n. 5° Dan Caterina Gallo, Maestro c.n. 6° Dan Giuseppe Di Raimondo e Istruttore c.n. 4° Dan Cristina Di Raimondo. L'Auditorium della Scuola Media Statale Giovanni Pascoli con un folto pubblico presente sugli spalti, ha visto altresì la presenza delle massime Autorità invitate all'Evento, fra cui il Sindaco di San Giorgio Jonico Giorgio Grimaldi, per lo Sport Fijlkam: il Consi-



gliere Nazionale Roberto D'Alessandro, il Presidente Regionale Francesco Patscot ed il Vice Presidente del Settore Karate Sabino Silvestri; per la Solidarietà l'A.I.D.O. (Associazione Italiana Donazione Organi e Tessuti) il Presidente Regionale Vito Scarola, il Presidente Provinciale Lina Ginex ed i familiari dei Donati organi. Dopo il rituale saluto a tutti gli intervenuti, L'Evento si è svolto intervallando esibizioni di Karate, M.G.A., proiezione di filmati sullo Sport e sulla Solidarietà, lettura di messaggi, fra cui quello del Presidente del

Gruppo Comunale A.I.D.O. di San Giorgio Jonico Caterina Gallo che ha altresì affermato che l'A.I.D.O. non è solo una semplice sigla ma rappresenta la consapevolezza di tutti coloro che decidono di aderire ad un sublime atto d'amore: "la donazione", supportando l'attività promossa dal Ministero della Salute con l'alto Patrocinio del Presidente della Repubblica. Sono stati proiettati dei brevi filmati. Per quanto riguarda lo Sport si sono visti alcuni degli innumerevoli successi ottenuti dai Campioni della Fijlkam in campo nazionale e mondiale e la partecipazione alle Paralimpiadi di Atleti diversamente abili che con il tradizionale kimono effettuavano le varie performance riprese e trasmesse dal TG nazionale di RAI1. Per quanto riguarda la Solidarietà il filmato della sfilata degli Atleti della Tao-Shi-Do per le vie del paese per la sensibilizzazione al Culto della Donazione; altro filmato di una ragazza non vedente che attraverso il trapianto torna a vedere; la "Storia di Agata Di Raimondo", filmato commissionato dal Ministero della Salute Regione Puglia all'Emittente televisiva di Taranto Video Levante, che ritrae Agata nel quotidiano mentre risponde alle varie domande del giornalista relative alla sua malattia, al rapporto con i medici e con Dio e alle sue aspettative. Alcune riprese la ritraggono anche nella Palestra Tao-Shi-Do mentre si allena con gli altri Atleti come in una sfida con una incredibile voglia di vivere. Agata, in attesa di un vano trapianto non ce la fa! I suoi familiari fondano il Gruppo Comunale A.I.D.O. con sede in Palestra a San Giorgio Jonico con l'unico scopo di salvare vite umane attraverso la giusta informazione. L'anno successivo al suo decesso il compianto Presidente FIJLKAM Matteo Pellicone le ha conferito "Motu Proprio" la Cintura Nera per aver esaltato lo Sport nonostante le sue problematiche di salute.

Gli Atleti della Tao-Shi-Do si sono esibiti per fascia d'età: Bambini con circuiti previsti per il Gran Premio Giovanissimi come da programma Federale all'unisono con le direttive del Ministero della Pubblica Istruzione; Ragazzi con prove di Kihon (Fondamentale), Kata (Forma) e Kumite (Combattimento dimostrativo); Adulti con le stesse prove dei Ragazzi con un più incisivo vigore d'applicazione pur sempre nel rispetto dell'autocontrollo che è il punto cardi-

ne della Fijlkam ed infine prove di Difesa Personale con l'esclusivo Metodo creato dalla FIJLKAM, M.G.A. (Metodo Globale di Autodifesa). Fiore all'occhiello dell'Evento è stato il conferimento all'Atleta Rosanna Ricci della Cintura Nera Motu Proprio da parte del Presidente FIJLKAM Domenico Falcone che ha delegato il Consigliere Nazionale Roberto D'Alessandro alla consegna del Diploma Federale e della prestigiosa Cintura. Tutto ciò a dimostrazione che lo Sport è in sostanza ben altro che semplice divertimento o faticoso confronto alla ricerca di una vittoria: è invece mezzo privilegiato di conoscenza di se stessi e degli altri, di convivenza con essi, ed anche di apertura ad una visione integrale dell'uomo ambendo a portare ad un livello di coscienza lo spessore umano e spirituale favorendone la realizzazione psicofisica. A far indossare la Cintura Nera a Rosanna è stato lo stesso suo Maestro Giuseppe Di Raimondo che la segue da diciotto. Tra gli ospiti d'Onore anche il Sindaco di San Giorgio Jonico Giorgio Grimaldi che proprio nel 2001 era presente alla prima Manifestazione A.I.D.O. organizzata dall'A.S.D. Tao Shi Do dando il proprio assenso verso questa nobile scelta iscrivendosi e diventando così un potenziale donatore.






ROBE DI KAPPA®

SPONSOR TECNICO



PHOTO: MARCO BOGLIONE

ELIO VERDE

Storie di Sport a Castel Sant'Angelo



Lazio



a cura del CR FIJLKAM Lazio

Un filo ideale deve aver unito, nell'immaginario di molti spettatori e turisti, il Castello di Shuri (dove la leggenda vuole sia nato il Karate) e il Mausoleo di Augusto, oggi Castel S. Angelo a Roma. Oggi entrambi i luoghi sono patrimonio mondiale dell'Unesco. Anche se Shuri e il mausoleo di Augusto sono molto differenti tra loro, martedì 25 agosto, affacciandosi sui bastioni del monumento che guarda San Pietro, il senso di straniamento fisico-temporale era in agguato. Decine di karategi, indossate da atleti delle Fiamme Oro e da altri gruppi sportivi e società provenienti da tutto il Lazio, si stagliavano nella notte romana per la puntata di "Storie di Sport a Castel Sant'Angelo"

dedicata alle Arti Marziali.

L'iniziativa, nata dalla collaborazione tra il Ministero per i Beni Culturali e il CONI Lazio, rappresentato dal Presidente Riccardo Viola, ha visto per tutta l'estate moltissime discipline esibirsi tra gli storici bastioni di quello che oggi è



uno dei musei più visitati al mondo. Una iniziativa volta a promuovere la candidatura di Roma alle Olimpiadi del 2024 attraverso filmati suggestivi proiettati dal Cortile dell'Angelo direttamente sulle mura del Castello e esibizioni sportive sulla terrazza inferiore.

La FIJKAM era presente in questa edizione con il Karate raccontato per l'occasione dal Commissario per il Karate del Lazio Cinzia Colaiacomo (Maestro V° Dan e un passato agonistico di livello mondiale), dal Presidente del Comitato Regionale Silvio Di Francia e da numerosi atleti di livello internazionale che si sono esibiti e intrattenuti con un pubblico composto da turisti e appassionati attirati dall'inedito connubio di arte e sport.

Un particolare spazio è stato dedicato agli atleti con disabilità della FSSI, (che affronteranno a breve la preparazione per i prossimi Mondiali in Armenia: accompagnati dal Maestro Luca Nicosanti, a testimonianza dell'apertura della FILKAM al discorso della disabilità nel karate.



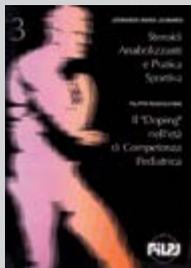




1. DOPING MEGLIO EX ATLETA CHE UOMO di Giovanni Notarnicola
Pag.62



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



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



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



5. FONDAMENTI DI BIOMECCANICA di Attilio Sacripanti
Pag. 67



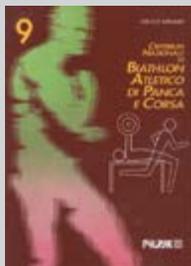
6. BIOMECCANICA DEGLI SPORT DI COMBATTIMENTO di Attilio Sacripanti
Pag. 96
(esaurito)



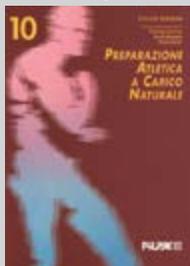
7. BIOMECCANICA DELLA PESISTICA MODERNA di Renzo Pozzo, Attilio Sacripanti ed Ernesto Zanetti
Pag. 112



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



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



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



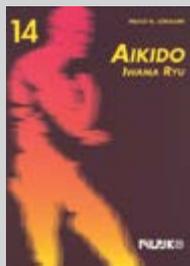
11. ALIMENTAZIONE E SPORT di Michelangelo Giampietro, Giuseppina Gagliardi e Stelvio Berardo
Pag. 127



12. LE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE
(esaurito)



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



14. AIKIDO IWAMA RYU di Paolo Corallini
Pag. 64



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



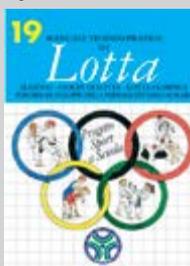
16. MGA: IL MEODO GLOBALE DI AUTODIFESA FILPIK di Giuseppe Locantore (2ª edizione) - Pag. 123 (esaurito)



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



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



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



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



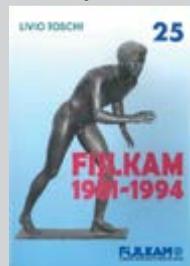
22. 101 ANNI DI MEDAGLIE 1906 - 2007 di Livio Toschi
Pag. 112



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



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



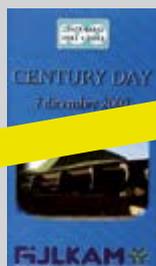
25. FILKAM 1981-1994 La Presidenza Pellicone (prima parte) di Livio Toschi
Pag. 271



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



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



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

IN PREPARAZIONE

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

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

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

26 90 19 intestato a:

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

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

FJLKAM - Ufficio Stampa

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

Via dei Sandolini, 79 - 00122 Ostia Lido RM

Antica Norba: la storia, la tradizione e la lotta

Lazio



di Rossana Carturan

Il sole è sceso bruciante e perpendicolare sulla antica città di Norba in questa domenica estiva, dove il tempo è tornato indietro di oltre duemila anni mostrando ai curiosi, agli appassionati, ai visitatori occasionali la bellezza delle antiche rovine animate da artisti e sportivi che per l'occasione hanno vestito abiti d'epoca e proiettato in questo suggestivo sito archeologico le loro discipline, la loro arte. Come un cameo incastonato nella bellezza di questo luglio dorato si è potuta ammirare la bravura degli allievi della ASD Spartacus Lotta Latina, che in collaborazione con La scuola di Judo Ronin Latina, e nei loro rispettivi Maestri: Luciano Ortelli e Alberto Iacomini hanno dato dimostrazione come lo sport tra i più antichi e rispettati, la lotta, possa dare sempre fierezza di sé e che il tempo non l'ha invecchiata, anzi, nella sua raffinatezza di tecniche sempre più fortificata. È stato bello vedere il coraggio e la passione di chi

ancora oggi crede che uno sport come la lotta sia parte di quella memoria storica, e non solo, da non perdere e da rinvigorire. Ad accrescere tale avvenenza Norma ha avuto il pregio di avere come ospite per questa affascinante manifestazione uno dei grandi della lotta olimpica contemporanea, l'atleta Andrea Minguzzi (oro olimpico Pechino 2008) che con la simpatia, umiltà e garbo che lo contraddistingue ha invitato i giovanissimi figuranti del luogo a sfidarlo nel gioco e nel divertimento. Una giornata intensa che nonostante l'afosità del sole ha lasciato agli spettatori il fresco piacere di una domenica diversa dove il tempo per un momento ha fatto sognare e rivivere la storia perduta ma non dimenticata.







Franco Capelletti: 60 anni di judo festeggiati in Lombardia



Lombardia

di Emanuele Casali

Giocava a balù

Se avesse continuato a tirare calci al balù, ci sarebbe stato un Sandro Mazzola e un Mariolino Corso in più nel calcio italiano: centrocampisti, direttori dell'orchestra in campo. Ma ne avrebbe patito il judo a cui sarebbe mancato un direttore di tatami, uno stratega.

Meno male che qualche santo ha guardato giù quel giorno del 1956 che il pallone di cuoio della Juventus Cremona (in campo c'erano i futuri interisti Guarneri e Zaglio) ha sfiorato la testa di un giovane poliziotto in allenamento sulla pista di atletica a bordo campo.

Lo avvicina il giocatore della Juventus Franco Capelletti per una battuta sul balù, a cui fa seguito il mitico invito galeotto (come per i danteschi e lussuriosi Paolo e Francesca) che cambia la storia delle persone: "vieni a vedere cosa faccio io nella caserma Massarotti, altro che balù, io faccio lotta giapponese". Eehh!! L'oggetto misterioso è sempre imperlato in una nube di fascino. Il giovin Capelletti va, entra nel dojo, e non ne è più uscito.

60 anni di judo

Sono 60 anni ormai che declina la disciplina come un vocabolo latino: judo, judis, judi, judem, judo, jude. Uno sport arcano, ancora da alfabetizzare, tanto che è esiliato in palestrine appena decenti, a cadere (le ukemi, essenza del judo che significa via della cedevolezza) su giacigli di paglia. Pionierismo. Scriveva nel suo libro "40 anni di amicizia" lo straordina-

rio maestro Giorgio Sozzi: "Guerrazzi (quel poliziotto di cui sopra) è il primo aggregatore di un gruppo di giovani entusiasti tra cui Capelletti (tel chi!), Vella, Bonisoli, Piva". Capelletti è anche bravino se vince la Coppa del Presidente e il Trofeo Viralfa.



Testimonial internazionale

Comincia così una parabola ancora oggi in alta orbita: la storia judoistica di Franco Capelletti, uno dei più prolifici testimonial della disciplina. Lui, primo italiano entrato nella stanza dei famosi (Hall of fame) della federjudo internazionale (ora c'è anche Ezio Gamba, altro bresciano, altro judoista da Guinness): una stanza in cui ci sono Jigoro kano, Geesink, Adams, così tanto per dire. Lui, uno dei due italiani di ogni cultura, ogni attività e professione, insigniti della prestigiosa onorificenza di "Cavaliere dell'Ordine del Sol Levante- Raggi in oro con Rosetta" con una cerimonia istituita apposta e solo per lui dall'ambasciatore del Giappone a Roma consegnandogli l'illustre riconoscimento firmato dall'Imperatore e dal Kodokan di Tokyo tempio mondiale del judo: "per l'importante contributo offerto alla divulgazione della cultura giapponese tramite il judo".

Globe trotter del judo

Appreso l'alfabeto del judo, come può insegnare, il giovin Capelletti comincia le rogazioni, globe trotter in judo Lombardia, sono gli anni '70: lunedì insegna a Cremona, martedì a Lecco, mercoledì a Bergamo, giovedì a Mantova, venerdì a Brescia, sabato a Cremona. Nel 1959 fonda

il Saigo Cremona dove nel 1960 entra un altro grande del judo italiano, Giorgio Sozzi; nel 1969 fonda il Judo Forza e Costanza Brescia; quindi il J.C. Capelletti. Trovatene un altro così.

Il filone russo

Uno stakanovista così. Stakanov è russo, e la Russia sembra il comun denominatore di Capelletti per due situazioni: [1] per le frequentazioni judoistiche con il capo del Cremlino, Vladimir Putin: "ci incontriamo alle gare, lui c'è sempre"; [2] per la trasposizione del suo allievo e campione Ezio Gamba direttore tecnico della Nazionale russa. Judoista stakanovista, uno che ha dato: è incontrovertibile. Da globe trotter in Lombardia a globe trotter nel mondo secondo i corsi e ricorsi della storia nei postulati di Gianbattista Vico.

D.T.

Finché un altro evento deflagra nel suo pur già dinamico modus vivendi: lo chiama a Roma l'avvocato Ceracchini presidente della federazione di judo. Sulla soglia di un uscio romano (non manzoniano) Ceracchini intercetta il giornalista lombardo Gobbi e gli regala un'anteprima: "le presento il nuovo direttore tecnico della nazionale di judo". Chi, iooo? Capelletti non sapeva mica. Adesso lo sa. E' il 1975. Cinque anni dopo alle Olimpiadi di Mosca i bresciani, e lombardi, Ezio Gamba e Franco Capelletti sfondano le linee finora inviolate dal judo italiano e conquistano la prima medaglia d'oro olimpica di judo perfezionando l'impresa di Felice Mariani prima medaglia olimpica italiana di judo nel '76:

bronzo a Montreal.

Capelletti & Giaverina

E' il tempo di una leggendaria squadra nazionale italiana che prende figura nell'organico giovanile affidato al lombardo e bergamasco, emigrato in Umbria, Ernesto Giaverina d.t. della nazionale Speranze, che passa in toto in prima linea agli ordini di Franco Capelletti. Da Giaverina a Capelletti solo atleti mirabili, perfezionati al college federale di Brescia voluto dal presidente federale Matteo



Pellicone. Atleti speciali, testimonial di un'Italia in pieno risorgimento in tutti i settori, il judo non resta indietro, e concorre a rimarginare le ferite ancora sanguinanti dell'ultima guerra mondiale nel paese stremato da lotte fratricide.

Il college

Capelletti guida la risurrezione. Il college è un'officina artigianale in cui si forgiavano campioni da enciclopedia: Gamba, Mariani, Rosati, Vecchi, Giovinazzo, Pierantozzi, Giungi. Il college funziona fino al 1988.

Eju - european judo union

Nel 1994 suona un altro gong nella partita di Franco Capelletti. Questa passione judoistica qui; questo judoka mai domo; questa caparbieta ancestrale, sfondano i confini italiani, e il judo europeo lo chiama a sé: prima assistente del direttore sportivo, poi direttore sportivo, quindi capo dei direttori sportivi. Il presidente mondiale Marius Vizer lo nomina infine direttore del settore educazione d'Europa: "per creare un metodo, una didattica omogenea nell'insegnamento del judo a bambini e ragazzi".

Alfabetizza i kata

L'onda parabolica di Capelletti continua a volteggiare nel cosmo judoistico, gli cinguettano in testa i kata, li spolvera, li studia, li ricomponne, ne riscrive l'alfabeto, li sottopone al massimo organo mondiale del Judo, il severo, quasi inaccessibile (per un occidentale) Kodokan di Tokyo. I pontifices maximi dell'ordinamento mondiale del judo, apprezzano questo signore brizzolato che viene dall'Italia con fare dinoccolato, quasi distratto, e dice cose sensate e realizzabili. Gli dicono senza girarci tanto intorno: "decida lei, Capelletti, per i kata, perché noi non riusciremo mai a metterci d'accordo".

I kata sono espressione di Franco Capelletti: "ormai siamo al 10° campionato d'Europa di kata, e al 5° campionato del mondo".

Per lui, per la sua statura mondiale, la sua mente fertile, la dedizione senza confini che ha per il judo, il Kodokan lascerà talvolta il Giappone per planare in Europa, dove vuole lui, sir Franco Capelletti 9° dan, il più alto in grado in Italia.

Qualche domanda

Lei ha dato tanto al judo, cosa le ha dato il judo?

"Soddisfazioni ne ho avute, e forse in altre situazioni e condizioni di vita non ci sarebbero state; i riconoscimenti internazionali mi hanno fatto senz'altro piacere". "Per lui si è scomodato l'imperatore a firmare l'Ordine del Sol Levante" completa Giacomo Spartaco Bertolotti, giornalista, grammatica italiana delle arti marziali.

Lei sta girando l'Italia con due esimi maestri come il giapponese Murakami e Felice Mariani. Perché?

"Per dare judo. Judo a tutti. Il maestro Murakami ha insegnato in tutte le regioni francesi lasciando un unicum di judo in Francia. Si vorrebbe lo stesso in Italia".

Cosa il judo per lei?

"Un tempo insegnavo judo come un padre che vuole il meglio per i figli. Adesso insegno judo come un nonno che il vuole il meglio per i nipoti. Il filo conduttore è sempre il judo".





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

MERCHANDISING

MERCHANDISING UFFICIALE FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

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

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

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

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

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



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

Il maestro Ezechiele Romagnoli compie 90 anni

I suoi allievi (di ieri e di oggi) gli regalano una Festa

Marche



a cura di Judo Club Pesaro

Lo scorso, 6 luglio c'è stato un appuntamento con la storia dello Sport pesarese: il Maestro benemerito Ezechiele Romagnoli, (il mitico) Zaga per tutti, ha compiuto 90 anni. E dalla storia alla leggenda il passo è breve, perché è sicuramente più unico che raro arrivare a quest'età ancora attivi sul tatami, sul quale Zaga ha esercitato per oltre 60 anni.

Generazioni di pesaresi devono a lui la conoscenza del Judo e non solo, considerato che Zaga, qualche anno dopo la fine della guerra, ha iniziato a divulgare oltre a quella che allora si chiamava Lotta Giapponese, il Ju-Jitsu, il Karate, ed infine, poco dopo, l'Aikido. È stato lui a fondare il primo Club delle Marche nel lontano 1951, quel Judo Club Pesaro ancora vivo e vegeto in via Pietro Gai, in zona Pantano, dove ancora è possibile ammirare il Maestro fra leve, proiezioni e strangolamenti; da qui nei decenni sono usciti campioni regionali, nazionali ed internazionali, primo fra tutti Juri Fazi, che con due Olimpiadi all'attivo, titoli internazionali ed italiani è stato uno dei judoka italiani più conosciuti.

Oltre 50 di questi lo hanno festeggiato a Casa Berardi, dove una lunga tavolata lo ha attorniato circondandolo di affetto e gratitudine, ricordando le tante vittorie ed i tanti aneddoti di una vita dedicata al Judo, che come si sa non è solo sport ma esempio di vita a tutte le età. La perfetta organizzazione dell'incontro ha dato anche la possibilità ad alcuni componenti della prima squadra agonistica del Judo Club Pesaro, risalente a circa 50 anni fa, di incontrarsi dopo molti anni per fare gli auguri al loro indimenticato Maestro.

Sul tatami Zaga non ha solo insegnato la tecnica, riconosciutagli a livello nazionale, ma anche la determinazione, la passione, il rispetto, la disciplina, che lo hanno reso Maestro a tutto tondo. Tutti coloro che hanno frequentato e frequentano la palestra hanno ben impresse le sue massime, perle di saggezza e di vita vissuta, una su tutte: " se tu non hai fame io non posso mangiare per te",



Il Maestro Zaga ancora presente in prima persona

e alternate ogni tanto da un qualche " lascia gi sciaplon, beda maché". È stato un tributo doveroso ad un uomo, un vero e proprio personaggio fuori dagli schemi, che ha dedicato la sua vita all'Insegnamento, dal quale hanno tratto profitto e traggono profitto ancora schiere di atleti ed amatori, che nel suo Dojo hanno capito ed apprezzato la vera essenza del Judo.

La paziente spiegazione al bambino del secondo turno



Il Maestro Zaga insieme ai partecipanti al suo compleanno

Un lavoro sempre meticoloso nei dettagli per l'efficacia della tecnica



Inspire Karate Generation

Piemonte



di Serena Marelli

Sabato 12 Settembre 2015 si è concluso il primo Camp targato CUS Torino. Il progetto è nato dalla pluriennale esperienza in ambito organizzativo di Maria Belfiore e dal sogno ambizioso del nostro Capitano, ora allenatore della nazionale, Savio Loria di dimostrare che un karate fruibile da tutti può rappresentare un momento di crescita ed integrazione. In fase di realizzazione la proposta ha raccolto da subito l'approvazione del CUS Torino e della FIJKAM, la quale ha trasformato la semplice collaborazione tra campioni/amici in un evento Federale. Ad accogliere la manifestazione la splendida cornice di Bardonecchia, da più di un secolo sinonimo di sana attività fisica e sport a 360°. La località montana ha negli anni ospitato numerose iniziative FIJKAM di successo, niente di più scontato con un sindaco come Roberto Borgis, che ogni sera smessi i panni di primo cittadino indossa con grande orgoglio il karategi.

Il nome "Inspire generation" racchiude in sé la finalità di questa iniziativa, generazioni e abilità diverse tutte sullo stesso tatami perché ognuna fosse da ispirazione per gli altri. Bambini e master, giovani agonisti e veterani della Nazionale, normodotati e diversamente abili tutti mossi dallo stesso fuoco. I ragazzi disabili presenti, che già par-

lavano il linguaggio comune del karate, hanno saputo integrarsi in maniera PERFETTA nel gruppo, dimostrato di poter eseguire con enorme precisione e grande passione i nuovi compiti assegnati.

Soddisfatti i tecnici, che oltre a godere dell'esperienza dei propri atleti e dell'esempio dei compagni di viaggio, hanno potuto partecipare a lezioni loro dedicate dall'elevato contenuto tecnico scientifico. Come sempre la competenza del Prof. Pierluigi Aschieri ha appagato il desiderio di conoscenza dei partecipanti al seminario sottolineando con chiarezza l'importanza del coinvolgimento dell'atleta nella comprensione dei meccanismi di adattamento all'allenamento per il raggiungimento di standard più elevati di prestazione.

Venerdì a tenere lezione il Prof. Fabio Verdone che, con grande passione, ha avvicinato i presenti alle metodologie operative e ai regolamenti riguardanti l'atleta diversamente abile. A completare il quadro non poteva mancare la lezione per tecnici e atleti, della biologa nutrizionista Feliciano Biorci, allo scopo di sensibilizzarli a questo argomento tanto delicato quanto fondamentale per uno sportivo. Il leitmotiv dunque è stata la condivisione, che non ha risparmiato nemmeno gli atleti della Nazionale



REGIONALI KARATE

maggiore che, oltre ad aprire le porte dei loro allenamenti, sono stati maestri, guide, compagni d'allenamento e vicini di posto a tavola. A loro infatti erano riservati gli stessi spazi, file e tavoli dei partecipanti al camp, perché divenisse normale stare gomito a gomito con chi, per prestazione sportiva, a volte sembra lontano anni luce.



PER TUTTI I TESSERATI FIJLKAM SCONTO DEL 10%



È facile risparmiare il 10% sui tuoi acquisti!

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

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



Solo vantaggi.

La convenzione è valida nei seguenti negozi:

 **SUPERGA**[®]

 **K-WAY**[®]

 **ROBE DI KAPPA**[®]

 **Kappa**[®]

allo
SPACCIO[®]
shopping intelligente

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

Judo: didattica dello "speciale"

Calmet Michel¹, Pierantozzi Emanuela², Muroni Rosamaria², Franchini Emerson³

¹Università di Montpellier (FRA), ²Università di Genova (ITA), ³Università di San Paolo (BRA)

Quest'articolo, nato dallo scambio di conoscenze e competenze metodologiche tra gli autori -avvenuto soprattutto durante un *workshop* svoltosi a Maringa (Brasile) tra il 23 ed il 25 Agosto 2013- vuole essere un contributo alla didattica delle tecniche di judo in generale e, soprattutto, dello "speciale"; contributo che include anche la valutazione di alcune conseguenti tattiche di allenamento.

Come noi tutti sappiamo, alcuni tecnici seguono le linee guida dettate dal fondatore Jigoro Kano e dai suoi discepoli (*Go-kyo*), altri quelle della propria Federazione Nazionale. In effetti, accade che ogni Istituzione fornisca le proprie indicazioni e ogni istruttore elabori il proprio metodo d'insegnamento più o meno efficace; pertanto la didattica delle tecniche di judo rimane un ambito molto discusso e variegato.

Gli esperti intervenuti al workshop di Maringa (Bra) assieme all'organizzatore: da sinistra Emanuela Pierantozzi, Emerson Franchini, Brulio HM Branco, Michel Calmet.



Vista la complessità del tema, abbiamo suddiviso il lavoro in quattro differenti articoli, che saranno pubblicati separatamente, a partire dal presente.

Nel primo articolo si affronta dapprima la definizione dello *speciale*; successivamente si analizzano le tecniche preferite da cinque campioni del passato, applicate durante due Giochi Olimpici e tre Campionati del Mondo.

Nel secondo articolo si riporta, a mo' di esempio, una progressione didattica per l'allenamento dello *speciale* nei principianti.

Nel terzo articolo si analizzano i sistemi d'attacco di tre atleti di élite: Camilo Tiago, Ilias Iliadis e Teddy Riner.

Infine nel quarto articolo si tratta della didattica dello speciale nella "transizione da in piedi a terra".

Definizione dello speciale

Già dalle prime lezioni di judo il principiante si rende conto della grande varietà tecnica di questa disciplina, diventando così, nel tempo, consapevole della necessità di scegliere e applicare le tecniche a lui più congeniali nelle differenti situazioni.

Il bravo maestro ha il compito di aiutare l'allievo in questa ricerca, per fargli scoprire, attraverso l'insegnamento di un certo numero di azioni di diversa tipologia, quelle più adeguate alle sue caratteristiche psicofisiche, e consentirgli così di costruire il suo bagaglio tecnico.

Il judoka normalmente predilige le tecniche utilizzate maggiormente, e con un certo successo, durante il *randori*, ossia l'“esercizio libero di combattimento” in palestra.

Queste tecniche sono definite *tokui waza*, tecniche speciali.

Però è fondamentale distinguere tra la tecnica preferita, che si studia e si utilizza in palestra con i propri compagni, e lo speciale che invece potrà portare all'*ippon* nel combattimento durante la gara.

E' importante, al fine di un allenamento adeguato e proficuo, comprendere se le tecniche preferite, eseguite in allenamento, coincidano con quelle speciali che si realizzano in gara.

Spesso, infatti, le tecniche speciali eseguite in palestra durante lo studio, l'*uchikomi* e il *randori*, sono parziali e incomplete rispetto alle situazioni di gara e quindi non sufficientemente affinate e integrate.

Inoltre, in palestra, quasi sempre ci si allena con gli stessi *Uke* (*partner di allenamento*), che difficilmente cambiano guardia, prese e spostamenti.

Tutto si complica notevolmente se si tratta di giovani atleti, visti in prospettiva di un allenamento pluriennale.

Il concetto di *speciale* è quindi estremamente importante per eseguire un allenamento efficace in funzione del combattimento.

Sarà quindi fondamentale analizzare le azioni di gara durante la competizione.

Quest'analisi non deve essere incentrata solo sullo *tsukuri-kuzushi* (*preparazione-squilibrio*), ma deve considerare:

- la guardia dell'avversario
- l'azione di preparazione alle prese
- le prese
- lo spostamento precedente all'entrata
- le combinazioni
- i contraccolpi che può subire
- le prosecuzioni a terra
- come la tecnica è realizzata in differenti occasioni (zona del *tatami*: bordo-centro, stato di freschezza o affaticamento, avversario più alto o più basso...)

Fase di preparazione alle prese: lo stesso atleta può adottare diverse strategie di avvicinamento in base alle caratteristiche dell'avversario



Fase delle prese: lo stesso atleta può adottare diverse prese in base alle caratteristiche dell'avversario



Il *tokui waza* che costituisce lo *speciale*, è quindi l'insieme dei sistemi d'attacco differenti che si adattano alle varie situazioni.

A conclusione di questa breve presentazione, vogliamo affermare che un allenamento, finalizzato al miglioramento del proprio *speciale* in gara, deve prendere in considerazione soprattutto le diverse guardie dell'avversario, nonché le possibili varianti alla tecnica speciale, e infine la prosecuzione a terra.

Tokui waza in piedi di cinque grandi Campioni del passato

In questa ricerca abbiamo studiato cinque campioni, tra più forti in assoluto, in attività tra il 1995 ed il 2001. Obiettivo del lavoro è quello di individuare quante e quali tecniche speciali utilizzino nel combattimento in piedi atleti di massimo livello, per arrivare al successo nelle gare più importanti.

In ambito femminile abbiamo selezionato due atlete:

- Ryoko Tani Tamura (48 kg, Giappone), due volte Campionessa Olimpica, sette volte Campionessa Mondiale
- Driulis Gonzalez (63 kg, Cuba), una volta Campionessa Olimpica, tre volte Campionessa Mondiale
- In ambito maschile i seguenti tre atleti:
- Todahiro Nomura (60 kg, Giappone), tre volte Campione Olimpico, una volta Campione Mondiale
- Kosei Inoue (100 kg, Giappone), una volta Campione Olimpico, tre volte Campione Mondiale
- David Douillet (+100 kg, Francia), due volte Campione Olimpico, quattro volte Campione Mondiale

Sono stati analizzati tutti i combattimenti di questi atleti durante due Giochi Olimpici (Atlanta 1996 e Sydney 2000) e tre Campionati del Mondo (1995, 1999, e 2001).

Nella Tabella 1 sono riportati i risultati dello studio, con il dettaglio del piazzamento ottenuto nelle competizioni prese in esame, il numero totale di combattimenti sostenuti, il numero di vittorie e sconfitte conseguite, il numero di *ippon* eseguiti, le tecniche maggiormente utilizzate e il numero di volte che queste hanno sortito punteggio.

Atleti			Piazzamento					Numero combattimenti	Numero di vittorie	Numero di ippon	Tecniche utilizzate che hanno portato punteggio															
			Giochi Olimpici		Campionati del Mondo						N 1	N 2		N 3		N 4		N 5		N 6		N 7				
Nome	genere	Categoria (kg)	1996	2000	1995	1999	2001																			
Ryoko Tani-Tamura	F	48	2	1	1	1	1	29	28	16	Seoi nage	6	Tai otoshi	4	O uchi gari	4	De ashi barai	4	Uchi mata	4	Harai goshi	3	Ko ushi gari	2		
Driullus Gonzales	F	63	1	2	1	2	1	23	21	11	Morote gari	8	O uchi gari	6	Seoi nage	4	Sukui nage	3	Do uchi gaeshi	3	Harai maki komi	3				
Todahiro Nomura	M	60	1	1		1		16	16	13	Seoi nage	11	Ko uchi gari	3	O soto gari	2	Eri seoi nage	2	Uchi mata	2						
Kosei Inoue	M	100		1		1	1	15	15	11	Uchi mata	13	Seoi nage	3	O soto gari	3	Harai goshi	2	O uchi gari	2						
David Douillet	M	+100	1	1	1	1	1	19	19	10	O uchi gari	8	Uchi mata	7	O soto gari	5										

Tabella 1: Risultati dello studio sulle tecniche utilizzate da cinque grandi campioni di Judo in due Giochi Olimpici e tre Campionati Mondiali.

I judoka presi in esame hanno ottenuto la vittoria in una percentuale altissima: tra il 90% ed il 100%. La tecnica Numero Uno (colonna N 1 nella Tabella 1), la più utilizzata dai nostri campioni, la «tecnica preferita», è stata spesso associata a delle tecniche complementari.

Dall’analisi delle prese, le vittorie sono ottenute spesso con un *kumi-kata* identico e con più di una variante della stessa tecnica. Un *kumi kata* è ben più di una semplice presa, è ciò che consente di avvicinare, spostare e attaccare l’avversario, oltre a permettere una difesa efficace. Esso comprende non solo la posizione delle mani sul *judogi*, ma anche una certa posizione dei piedi sul tatami, una precisa postura e determinati spostamenti.

Un metodo d’insegnamento efficace dello *speciale*, e le conseguenti tattiche di allenamento, devono prendere in considerazione tutto ciò.

Poiché il dibattito vuole essere aperto, il lettore che volesse esprimere il proprio parere su questo lavoro o su una parte di esso, riferendo anche la sua esperienza, può scrivere a emanuela.pierantozzi@gmail.com

¹ definizione: per didattica intendiamo la teoria e l’attività educativa che concerne i metodi di insegnamento

Foeldeak® Wrestling Mat School Edition

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



❖ Foeldeak® Wrestling Mat Elements

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



❖ Foeldeak® Wrestling Mat Cover with Velcro Closure

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



Prices Foeldeak® Wrestling Mat School Edition:

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

Prezzo compresa IVA, consegna franco palestra.

Telefono:

+49 (8171) 38524-26

Fax:

+49 (8171) 38524-29

E-Mail:

sportmatten@foeldeak.com

www.foeldeak.com

Primo titolo mondiale per la FIJLKAM nella Lotta Stile Libero

Frank Chamizo Marquez vittorioso a Las Vegas

di Livio Toschi

Finalmente, grazie a **Frank Chamizo Marquez**, la FIJLKAM si aggiudica la medaglia d'oro a un Mondiale seniores di Lotta SL. Il prestigioso risultato di Las Vegas arriva dopo il titolo vinto dal nostro atleta al Campionato europeo under 23 di Walbrzych (suo esordio) e il 2° posto ai Giochi di Baku, validi quale Campionato europeo seniores. Giustificata la soddisfazione del direttore tecnico, Antonino Caudullo, e di tutta la Federazione. Finora ai Mondiali di SL avevamo conquistato 2 medaglie d'argento (Garibaldo Nizzola nel 1951 e Giovanni Schillaci nel 1991) e 4 di bronzo (Natale Vecchi nel 1951, Luigi Chinazzo nel 1957, Osvaldo Ferrari nel 1962 e Schillaci nel 1994).

Questo successo mondiale giunge 60 anni dopo il titolo nella Lotta GR vinto da Ignazio Fabra (52 kg) a Karlsruhe nell'aprile 1955. Auguriamo al nostro giovane lottatore d'imitare le gesta del grande Fabra (che fu anche 2 volte secondo alle Olimpiadi e 2 volte secondo ai Mondiali). Se alle Olimpiadi solo il napoletano Claudio Pollio ha conquistato una medaglia nello SL (oro a Mosca nel 1980), agli Europei la FIJLKAM si fregia di 2 medaglie d'oro (Marcello Nizzola nel 1935 e Schillaci nel 1992), 4 d'argento (Pollio nel 1981, Schillaci nel 1996, Michele Liuzzi nel 1999 e Chamizo Marquez lo scorso giugno) e 4 di bronzo (Adalberto Taucer nel 1935, Vecchi nel 1949, Schillaci nel 1989 e 1994). Per completezza menzioniamo anche le 7 medaglie d'oro ai Giochi del Mediterraneo: Vincenzo Grassi (1963 e 1967), Pollio (1979), Michele Azzola e Aldo Bova (1983), Schillaci (1987 e 1997). Va evidenziato che il lottatore con più presenze alle Olimpiadi nello SL è Garibaldo Nizzola, figlio di Marcello, che ha partecipato 4 volte: nel 1948 (fu 4°), 1952, 1956 (5°) e 1960 (6°). Schillaci, sfortunato nelle sue 3 Olimpiadi (miglior piazzamento: 6° ad Atlanta), ha vinto 9 medaglie tra Campionati mondiali, Campionati europei e Giochi del Mediterraneo.

Nell'allegata Tabella A ho indicato tutti gli atleti che si sono aggiudicati medaglie nello SL alle Olimpiadi, ai Campionati mondiali ed europei.

Nella Tabella B si riporta il medagliere della Lotta (GR, SL, F) alle Olimpiadi, ai Campionati mondiali ed europei, ai Giochi del Mediterraneo.

Rievochiamo brevemente la conquista delle medaglie d'oro di Pollio all'Olimpiade 1980, di Nizzola e di Schillaci agli Europei del 1935 e 1992.

Prima dell'Olimpiade di Mosca il ventiduenne **Claudio Pollio**, atleta dei Vigili del Fuoco di Napoli, ottenne l'oro ai Giochi del Mediterraneo di Spalato e buoni piazzamenti



Frank Chamizo Marquez

sia ai Mondiali del 1978 (6°) e 1979 (5°), sia agli Europei del 1979 (5°) e 1980 (4°). Poi arrivò l'Olimpiade del 1980, quella del boicottaggio occidentale, ma nella lotta erano presenti i padroni di casa sovietici, i temibili bulgari, gli ungheresi, i polacchi, i mongoli e molti altri ancora. Ottimamente preparato dal commissario tecnico Vittoriano Romanacci, sul tappeto del CSKA Sports Complex nella prima giornata Pollio batté nettamente il polacco Falandys, che nel 1979 si era classificato 3° al Campionato mondiale e 2° all'Europeo. La vittoria lo galvanizzò spingendolo al successo contro il mongolo Khishigbaatar. Sempre nello stesso giorno strapazzò il coreano Jang e ormai sentiva il profumo di una medaglia. Non gli restava che affrontare il sovietico Sergei Kornilaev, logicamente favorito sia perché era campione del mondo 1978 e 1979, sia perché combatteva in casa.

Nei tre incontri precedenti con Kornilaev il nostro Pollio era sempre stato battuto e anche questa volta perse (3

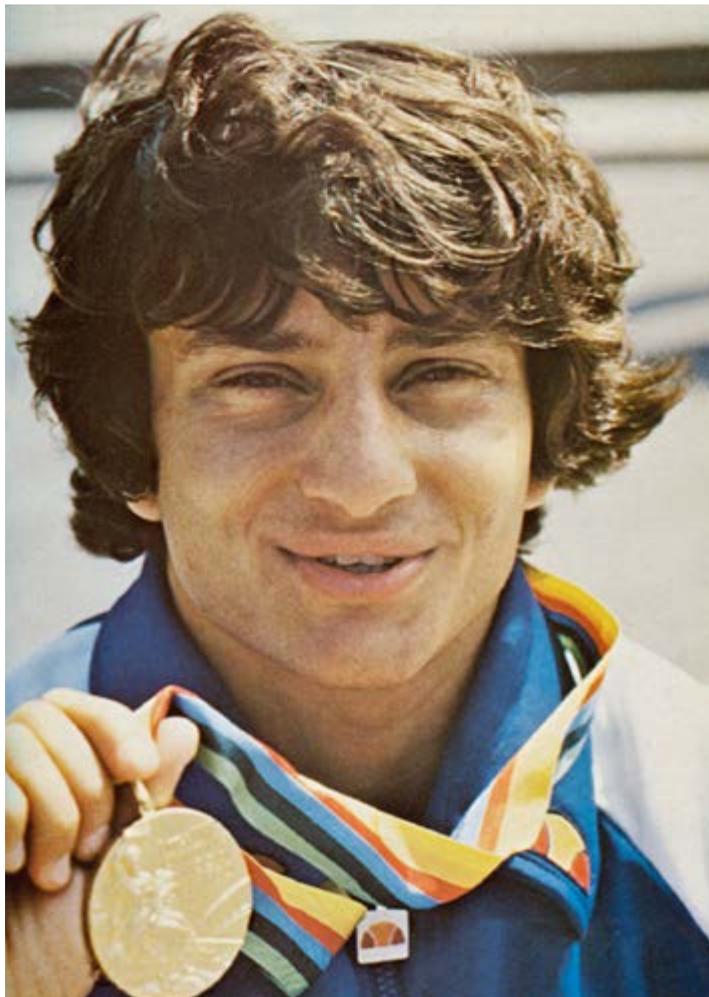
a 1), ma attese con fiducia l'esito dell'incontro tra il sovietico e il coreano Se-Hong Jang, perché quest'ultimo aveva tutto l'interesse a impegnarsi a fondo: aveva già in tasca la medaglia di bronzo e battendo Kornilav avrebbe guadagnato l'argento. La lotta si basa su particolari sistemi di punteggio e gli atleti devono saper fare bene i conti. Claudio li fece benissimo: Jang sconfisse il sovietico e consegnò all'Azzurro la medaglia d'oro nei minimosca (48 kg). La foto di rito ritrae il piccolo atleta napoletano, emozionatissimo, sul gradino più alto del podio olimpico con alle spalle la sorridente immagine dell'orsetto Misha, la simpatica mascotte dei Giochi.

Nel 1935 l'Italia rinunciò agli Europei di lotta greco-romana, ma dal 5 al 7 settembre partecipammo a quelli di stile libero. Al Palazzo dell'Esposizione di Bruxelles **Marcello Nizzola**, campione italiano nei due stili e soprattutto medaglia d'argento nella lotta GR all'Olimpiade 1932, si affermò nei gallo (56 kg) e il triestino Adalberto Tauer fu terzo nei piuma (61 kg). Ha scritto Alfonso Castelli: «Molto scetticismo circondava la trasferta di Bruxelles. Viceversa essa fu coronata da un grande e insperato successo». Il trentacinquenne genovese vinse davanti a due ottimi lottatori: l'ungherese Marton Lörincz (campione europeo nel 1934) e il tedesco Jakob Brendel (campione europeo nel 1937). Il nostro commissario tecnico era il triestino Giovanni Raicevich, già invincibile campione professionista.

Al Campionato europeo di lotta stile libero disputato dal 3 al 5 maggio 1992 allo Sportcsarnok di Kaposvar, in Ungheria, il venticinquenne palermitano **Giovanni Schillaci**, già terzo nel 1989 e secondo ai Mondiali del 1991, vinse il titolo nei 62 kg. Leggiamo il commento scritto all'epoca da Franco Marziani per la rivista federale "Athlon": «Giovanni è sembrato un gigante, soprattutto per l'autorevolezza con cui ha primeggiato. Gli unici applausi riservati a uno straniero sono quelli indirizzati all'Azzurro nei momenti più significativi della sua lunga e vincente galoppata. Nelle 7 fatiche affrontate Giovanni ha conquistato 60 punti tecnici, lasciandone solo 3 agli avversari». Commissario tecnico era Romanacci.

Ricordo che in Italia la Lotta SL, importata nel 1921 dal pisano

Fabio Del Genovese (reduce dagli Stati Uniti), si fece strada con difficoltà, tanto che la nostra prima partecipazione alle Olimpiadi avvenne nel 1924 a Parigi (la seconda fu nel 1936 a Berlino) e il primo campionato nazionale si disputò solo nel 1930, nella palestra comunale Nicolò Cobolli a Trieste.



Claudio Pollio



Claudio Pollio è complimentato dal Presidente della Repubblica, Sandro Pertini



Marcello Nizzola



Giovanni Schillaci

STATISTICHE

TABELLA A

MEDAGLIATI / Lotta SL

	Olimpiadi			C. Mondiali			C. Europei		
	O	A	B	O	A	B	O	A	B
Claudio Pollio	1	0	0	0	0	0	0	1	0
Frank Chamizo Marquez				1	0	0	0	1	0
Giovanni Schillaci				0	1	1	1	1	2
Garibaldo Nizzola				0	1	0			
Natale Vecchi				0	0	1	0	0	1
Oswaldo Ferrari				0	0	1			
Luigi Chinazzo				0	0	1			
Marcello Nizzola							1	0	0
Michele Liuzzi							0	1	0
Adalberto Taucer							0	0	1
Totale	1	0	0	1	2	4	2	4	4

TABELLA B

MEDAGLIERE / Lotta

	Olimpiadi			C. Mondiali			C. Europei			GdM		
	O	A	B	O	A	B	O	A	B	O	A	B
Lotta greco-romana	6	4	9	1	4	6	3	2	17	14	20	28
Lotta stile libero	1	0	0	1	2	4	2	4	4	7	18	26
Lotta femminile	0	0	0	0	1	1	0	3	5	5	1	5
Totale	7	4	9	2	7	11	5	9	26	26	39	59


ROBE DI KAPPA®

PHOTO: MARCO BOGLIONE



SPONSOR TECNICO



ORNELLA BUCCI

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

