

# ATHLON

## .Net

anno 4° - n. 10  
ottobre 2012



**Lotta: Golden Grand Prix**



**Karate: Campionati Italiani Universitari**



**Judo: Body Park Ponte San Pietro compie 25 anni**

La Lotta apre il numero autunnale della nostra rivista telematica: un grande ritorno per l'azzurro Daigoro Timoncini che, dopo la delusione di Londra, è tornato sul podio in uno dei più prestigiosi tornei internazionali, il Golden Grand Prix. Semmai ci fosse stato bisogno di sapere cosa ha in mente per il suo futuro, l'azzurro ne ha dato un'idea. La panoramica internazionale prosegue con il Campionato Europeo a Squadre Regionali di karate: la squadra della Toscana si è incaricata di portare alto il vessillo azzurro e ha ottenuto un meritato terzo piazzamento a Mosca. Spostando il fuoco sul territorio nazionale troviamo ancora karate con i Campionati Italiani Universitari e judo con il Torneo delle Regioni di Kata dove il Veneto si è imposto conquistando anche il Grand Prix. Dalle Regioni arrivano echi di anniversari, con il venticinquesimo della società Body Park Ponte San Pietro, da sempre in prima fila nell'offrire opportunità judoistiche ai ragazzi diversamente abili. Poi karate con un divertente Gran Premio Giovanissimi a Conversano di Bari e un'interessante due giorni lombarda con il Judo Seasonal Opening e Meeting di Darfo Boario Terme.

Inoltre con il numero di ottobre si inaugura una nuova rubrica: "parola al medico". Marco Petrucci, in qualità di responsabile sanitario del Centro Olimpico, ci introduce ai risvolti medici della pratica sportiva dedicandosi in questa occasione, all'attività master.

Da segnalare, last but not least, un prezioso ricordo che il direttore di "Samurai" GSB, ci regala su Cesare Barioli, fondamentale figura del judo italiano.

Buona lettura con Athlon.net!

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

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

**Non potranno essere pubblicati scritti privi di materiale fotografico.**

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

## in questo numero

### ATTIVITÀ INTERNAZIONALE

**Lotta** Baku Golden Grand Prix di Giovanna Grasso 2

**Karate** Assolo della Toscana... ed è Bronzo! di Leandro Spadari 4

### VARIE

**Judo** La scomparsa di un grande di Gsb 8

### ATTIVITÀ NAZIONALE

**Karate** Il Tricolore degli Atenei di Claudio Culasso 11

**Judo** Torneo delle Regioni di kata: ancora una volta il Judo Veneto in testa di Diego Lancini 16

### ATTIVITÀ REGIONALE

**Judo** Judo e Disabilità - 25 anni per li Body Park Ponte San Pietro di Andrea Sozzi 18

**Karate** Trofeo Gran Premio Giovanissimi con FIDAS, UNICEF e WWF di Cristina Di Raimondo 20

**Judo** 1° Judo Seasonal Opening e Meeting Darfo Boario Terme (Brescia) di Emanuele Casali 24

### SPORT: PAROLA AL MEDICO

La cardiopatia ischemica silente nello sportivo Master di Marco Petrucci 26

## ...e Timoncini tornò sul podio

### Baku Golden Grand Prix

di Giovanna Grasso - foto di Emanuele Di Feliciantonio/Vanda Biffani

Daigoro Timoncini è tornato sul podio, dopo la sfortunata parentesi delle Olimpiadi londinesi. Ha conquistato una grande medaglia d'argento al "Final Golden Grand Prix" di Baku, che è stata il giusto coronamento di una gara svolta con cuore e tenacia. Timoncini si è garantito l'accesso alla finale del "Gran Premio" grazie al bronzo di cui si è fregiato al Grand Prix "Vehbi Emre" di Istanbul a gennaio, prima tappa di selezione degli atleti in lizza per la finale. Il "Golden Grand Prix" è una competizione non solo prestigiosa, ma anche ricca: il cospicuo premio in denaro assegnato con ciascuna delle medaglie è da sempre un grande specchio che attira le allodole, cioè i lottatori, più forti del panorama internazionale. Da ciò la garanzia costante di un parterre di livello e questo si è verificato anche nell'edizione 2012, malgrado lo sforzo olimpico conclusosi da poco. "In effetti sono andato a Baku con scarse motivazioni - racconta Daigoro Timoncini di ritorno dall'Azerbaijan - la ferita delle Olimpiadi mi bruciava ancora tanto e mi sentivo privo di energie. Però una volta in gara mi sono riscosso poco a poco e ho ritrovato voglia ed energia man mano che lottavo. Più andavo avanti e più la voglia di vincere si risvegliava e infatti alla fine la medaglia è arrivata."

L'azzurro ha affrontato quattro combattimenti superando, in ordine l'ucraino Sergiy Yeroshkin, lo svedese Carl Schon e il kazako Zhasulan Sadykov e perdendo di misura la finale con l'azero Shalva Gadabadze, non senza aver segnato a suo favore il secondo dei tre tempi.

"E' stata una grande prestazione di Daigoro - commenta il DT della greco romana Nino Caudullo - è partito con qualche incertezza, ma ha saputo mettere sul tappeto la grinta del vero lottatore, qual è. Il torneo è stato di ottimo livello; con le due prove di grand prix si sono qualificati i primi sedici lottatori del mondo e hanno dato vita ad un gran bello spettacolo, considerando anche che è stata la prima gara importante dopo i Giochi Olimpici. Daigoro aveva bisogno di superare questa prova soprattutto per ritrovare la fiducia in se stesso. Nell'affrontare Yeroshkin al primo incontro si è fatto male al pollice, tanto che abbiamo temuto che dovesse abbandonare la gara. Invece ha tenuto duro e ha superato gli altri due avversari tra cui il kazako Sadykov che è un atleta molto forte. Anche in finale con Gadabadze, che lo aveva già battuto in Cina alle qualificazioni per Londra, ha combattuto con tenacia tanto che



Daigoro Timoncini



Daigoro con lo staff tecnico al completo



erano uno pari. Alla terza ripresa era in attacco, ha fatto una buona presa in cintura ed è riuscito a staccarlo, ma poi non ce l'ha fatta a ribaltarlo per aggiudicarsi il punto che gli avrebbe dato l'oro.

"Comunque è andata molto bene. Ora il suo morale è di nuovo alto e le motivazioni ci sono. E' un atleta maturo che può farci vedere ancora tante belle cose e ci può dare ancora tante soddisfazioni!"



*Sul tappeto di Londra*

*Mesto dopogara*



*Nino Caudullo DTN della greco romana con Timoncini*

## Assolo della Toscana... ed è Bronzo!

Alla fase finale del Campionato Europeo a Squadre Regionali, disputatasi a Mosca, il miglior risultato in assoluto per gli Atleti toscani, con un Bronzo nel kumite maschile; a corollario, 3 quinti posti: 2 della Lombardia nel kata e kumite femminile, ed 1 della Puglia nel kata maschile.

di Leandro Spadari

Alla vigilia dell'estate scorsa, presso l'Olimpic Sports Center "Luzhniki" di Mosca (Russia), si è disputato il 10° Campionato Europeo a Rappresentative Regionali a Squadre (Under 18 ed Over 18). Alla competizione, che è stata organizzata dalla Federazione Russa, sotto l'egida della Federazione Europea di Karate (EKF), in rappresentanza di 41 Nazioni hanno partecipato numerose Regioni, di cui ben 21 sono approdate in zona medaglia: 4 per la Spagna, 3 per la Francia, 2 per la Turchia, 2 per la Russia e 1 per Italia, Azerbaijan, Serbia, Bosnia ed Erzegovina, Estonia, Croazia, Ucraina, Bielorussia). Il successo è andato alla Regione Marmara (Turchia) che ha ottenuto 2 ori, 1 argento e 2 bronzi, seguita dalla Ile de France (Francia) con 1 oro ed 1 argento e da Madrid (Spagna) con 1 oro e 3 bronzi.

Decisamente positiva, in una competizione sempre caratterizzata da un alto tasso tecnico, la performance delle nostre Rappresentative Regionali, che cerchiamo ora di ripercorrere con un flash, sia pur breve, dedicato ai tre risultati più notevoli colti. In grande e bella evidenza la Toscana, con la sua splendida formazione giovanile maschile composta di 3 junior (il capitano Gabriele Puleo, Andrea Diotallevi, Stefano Martella), 2 cadetti (Simone Marino, Jacopo Catastini), 1 riserva (Lorenzo Stagli), accompagnata dal coach Francesco Puleo, oltre che dal collaboratore CTR Maestro Manuela Bonamici, maggiormente impegnata per l'occasione sul fronte del kata. Più di due mesi di incessante preparazione a cadenza settimanale, sotto la guida del Maestro Enrico Pelo, Responsabile CTR Toscana, hanno dato il loro frutto... Il primo incontro ha visto il team toscano prevalere su di una compagine fortissima, la Turchia (canadolu), per un netto 3 - 1, con in evidenza il cadetto Marino, autore di una proiezione sull'avversario che gli è valsa un ippon. Nel successivo turno eliminatorio la Toscana ha perso con la formazione di Tallinn (Estonia), con un 3-1 a sfavore. L'unica vittoria l'ha firmata stavolta Gabriele Puleo per 1-0, punteggio con cui batteva il Campione Europeo in carica Paabo Tanel; Simone Marino perdeva per 0-1 con un campione già



La squadra della Toscana in festa



affermato a livello mondiale; Andrea Diotallevi, subito in vantaggio, subiva un infortunio al naso per una tecnica di braccio di avversario più pesante di lui di almeno 10-15 kg -ricordiamo la formula open- ed a seguire l'altro Cadetto perdeva anch'egli per 1-3. E' stato, secondo il vivace racconto di chi come Francesco Puleo era presente, un momento di sconforto, lacrime e disperazione per tutto il team che credeva fortemente nella possibilità di accedere alla finale... lacrime consolata da tutti gli altri componenti della Delegazione! Era proprio Tallinn ad accedere alla finale, consentendo quanto meno il ripescaggio dei toscani che senza farselo ripetere due volte, in un esaltante progress battevano prima la squadra russa del South per 3-0, con in evidenza Gabriele Puleo che si aggiudicava il confronto con l'avversario più ostico per 4-0. Quindi nella "finalina" la riserva Stagli era costretta a competere, stanti gli incidenti occorsi agli altri componenti. Puleo si aggiudicava l'incontro con 2-0; Marino pareggiava con 0-0; Stagli perdeva per 0-1; ancora pareggio per Catastini. La differenza punti era favorevole alla squadra toscana al momento del 5° incontro; Diotallevi, di scena nel match decisivo, andava sotto di 1 punto a 20" dalla fine; non perdendosi d'animo, su di un avversario che incalzava frontalmente per cercare di farlo uscire dall'area di gara, piazzava a sorpresa una fulminea tecnica jodan che valeva i 3 punti ed il Bronzo!

Bene anche il quinto posto della Puglia, presentatasi a Mosca con Samuel Stea, Aron Sgobba, Alessandro Adduci, seguita da 2 anni e mezzo dal Maestro Giuseppe D'Arpa (ricordiamo che il Responsabile CTR Puglia è il Maestro Nicola Simmi, Commissario Regionale Marco Romanazzi, Responsabile Kumite Giuseppe Di Domenico, Responsabile Kata maschile Giuseppe D'Arpa, Femminile Antonio Di Serio). Il



primo confronto, con una fortissima rappresentativa spagnola veniva vinto con enpi per 5-0, grazie ad un sincronizzazione e ritmo quasi perfetti messi in mostra dai nostri, che avrebbero potuto senz'altro ambire al podio. Con la Rappresentativa Turca, di scena al turno successivo, un kankusho di ottima fattura non trovava la giusta valorizzazione da parte arbitrale: il verdetto finale di 3-2 non consentiva di proseguire il cammino verso l'alloro. Ripescata con una rappresentativa russa, la compagine pugliese eseguiva gankaku + bunkai vs unsu + bunkai. "I russi -ha rilevato il Maestro D'Arpa- sono incorsi in pattinamenti e azioni fuori tempo, con un'esecuzione non eccellente; forse il loro bunkai è stato appena più lineare, ma con una "spettacolarità" a livello di show, forzata e poco reale: comunque, i Giudici li premiavano con un 3-2. Siamo, quindi, usciti di scena con grande rammarico: i nostri ragazzi ci credevano, hanno messo l'anima ed il cuore ed il loro alla fine è stato per la delusione un pianto sincero e commovente..."

*Ottimo risultato per i giovani karateka*

In vista anche le squadre della Lombardia che hanno ottenuto 2 utili piazzamenti al 5° posto (squadra femminile under 18 di kata, e squadra femminile di kumite over 18) ed un altro piazzamento, al settimo posto, per il kata maschile over 18. Massimo l'impegno e la determinazione, sia nel kata maschile (squa-



dra composta da Riccardo Losi, Alan Garda e Oscar Pe'), femminile (Giulia Racagni, Serena Pelucchetti e Laura Gabrieli), che nel kumite femminile (Leonarda Mastromatteo, Nicole Forcella, Eleonora Galizzi e Alessandra Hasani), tutte seguite dal Direttore Tecnico Maestro Ugo Ferrari, e dai Coach Maestro Francesca Adriatico (Kata) ed Istruttore Michele Cornolò (Kumite). Fuori al primo turno entrambe le compagini di kata, solo quella femminile veniva ripescata perdendo, però, la finale per il 3°/5° posto, pagando tutta la sua inesperienza in competizioni Internazionali di questo livello. Meglio, invece, la squadra di kumite femminile, che, dopo aver superato la Germania per 2 a 1, ha perso l'incontro successivo con la Turchia, venendo ripescata nella corsa per il bronzo. Nei ripescaggi dopo aver superato brillantemente la squadra russa di Mosca, perdeva la finalina per il 3°/5° posto con un'altra squadra russa che schierava 2 Atlete della Nazionale, fra cui la Campionessa Mondiale Under 21 in carica. "Questo -ha commentato il Vicepresidente Settore Karate CR Lombardia Maestro Riccardo Zambotto- è il secondo anno consecutivo che ci sfugge il bronzo per un niente, ma sapremo fare tesoro delle esperienze acquisite. L'appuntamento è solo rinviato al prossimo anno nel Montenegro..."



*La prestigiosa medaglia di bronzo*

www.fightingpromotion.com

**ighting  
promotion.com**



info > [info@fightingpromotion.com](mailto:info@fightingpromotion.com)

**TV**

www.fightingpromotion.com web tv

La prima Web TV italiana  
delle arti marziali

On Line gli archivi storici

Tutte le settimane  
una trasmissione  
dedicata alle  
arti da combattimento



**TIME OUT SPORT LIVE**



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

www.timeoutnetwork.com

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

# La scomparsa di un grande

di Gsb

Il judo ha perso un compagno di viaggio.

Erano tanti, domenica 15 luglio a commemorare l'insegnante di judo, come semplicemente amava farsi chiamare Cesare Barioli, erano tante anche le autorità, forse troppe per i miei gusti.

Tra i tanti, Matteo Pellicone, presidente della Fijlkam, accompagnato dal vice presidente Franco Capelletti che ha sovrastato tutti con un suo emozionatissimo intervento: "... avrei desiderato un Cesare Barioli all'interno della federazione che ho l'onore di presiedere. Gli errori del passato non ci hanno permesso di realizzare un desiderio che entrambi andavamo cercando. A Cesare Barioli il judo deve molto e la federazione deve molto al lavoro, spesso critico, di un grande personaggio che ci lascia". Il primo modo per ricordarlo sta nel suo testamento, in *keikogi* e *obi*, cintura. Nel suo caso nera con strisce rosse alla Kenshiro Abbe (1915 –1985) se non il suo maestro, il suo istrione.

Cesare Barioli, invita il maestro Kenshiro Abbe nel 1964 e nonostante le divergenze interpretative, Abbe diviene di fatto l'idolo di Cesare, "il maestro". Mi disse, un giorno Cesare: "... sai Sparta-co, se non hai un vero maestro alle spalle la tua vita non vale nulla". Il secondo modo di ricordare Cesare Barioli è quello del ricercatore, l'entusiasta cultore della storia, dello spirito, della didattica del maestro di ju jitsu, professor Jigoro Kano (1860-1938), e il suo "Kodokan judo" che non è altro che un'evoluzione del vecchio ju jitsu (ko-ryo). Ultimamente, tra una portata e l'altra di una squisita polenta – fatta ancora con il mestolo di legno e una pignatta in rame – e di un succulento stufato, preparati amorevolmente dalla sua compagna Ivana, una donna capace, forte all'incredibile, rinverdimmo il concetto dei paradigmi e della tecnica.

Diceva il nostro Cesare Barioli: "Il judo è 'migliore impiego dell'energia', ottenuto attraverso 'amicizia e mutua prosperità'".

Significa che il judo non ha limiti tecnici nel ricercare sul tatami la migliore utilizzazione del corpo umano, come un esempio simbolico dello sforzo che l'uomo deve compiere nella vita per diventare sempre più efficiente, individualmente e socialmente.

"Tale risultato si ottiene soprattutto con la collaborazione e le reciproche concessioni. Nel judo è inconcepibile che il praticante lavori da solo per potenziarsi (come accade in altre discipline di combattimento), ma sempre si avvale della collaborazione di un altro, e solo l'aiuto reciproco permette a entrambi di progredire.

"Questo aspetto era considerato da Kano molto educativo per ottenere la pacifica convivenza degli uomini nella società.

"Il judo pratica *atemi-waza* come base per il combattimento a lunga distanza, *nage-waza* a media distanza quando è possibile effettuare la presa, *katame-waza* quando i corpi sono avvinghiati.

"La sicurezza psicologica viene raggiunta con la perfetta



VARIE



Cesare Barioli





conoscenza degli ukemi. Il metodo di apprendimento si basa sull'antica concezione cinese di obbligare l'allievo a una forma stretta, kata, per ottenere in reazione un atto creativo individuale, randori.

*"Conservando la tradizione del ju-jitsu, il judo mantiene le tecniche antiche di Ki-to-ryu, il movimento lento e stilizzato che caratterizza gli stili interni cinesi (ju-no-kata), la concezione del kime per lo sviluppo della coordinazione (kime-no-kata), il maneggio della spada e del pugnale, le tecniche tradizionali di rianimazione (kuatsu) e così via.*

*"Con l'ammissione del judo ai Giochi olimpici si è verificata una frattura nella concezione unitaria che i judoisti ereditano da Jigoro Kano. Opposti ai tradizionalisti che considerano il judo come disciplina educativa, una via buddista per l'evoluzione dell'uomo, sono apparsi gli sportivi, che ritengono che il fine di una disciplina olimpica sia semplicemente l'alloro sportivo.*

*"Tale differenza si nota anche nella tecnica, perché i primi coltivano ampiamente la ricerca dell'ippon, mentre gli altri concedono largo spazio alla strategia di vincere sportivamente con i vantaggi tecnici.*

Nel suo dojo, il Bu-sen (abbreviazione di Budo senmon-gakku) – scuola superiore di arti marziali di Kyoto - a Milano, in via Arese, c'era il judo d'autore, molto judo, ma non solo judo.

Il Bu-sen è presto divenuto il foro delle arti marziali milanesi, attraendo altre arti marziali, ma anche discipline di altro tipo.

Infine, per intendere Cesare Barioli un po' saggio, un po' filosofo, tanto istrione, anche i temi dell'attuale politica.

Questo non è più il tempo delle polemiche e delle recriminazioni, anche perché nessuno di noi saprebbe polemizzare e recriminare come lo sapeva fare Cesare Barioli, questo è il tempo del dolore per la perdita di un amico, di un grande amico che lascia un vuoto incolmabile nelle nostre vite. Poi mi auguro venga presto il "tempo di fare" qualcosa per Cesare, qualcosa che continui la sua opera e non renda inutile la sua esistenza, come sostenere l'Aise, la sua associazione, perché si continui a parlare di judo-educazione e non solo di judo-sport.

Ho conosciuto tante persone che erano in contatto con Cesare, o lo erano state: ognuna poteva avere un parere contrastante con l'altra, ma tutte erano certe nel dire che era una persona "speciale", intendendo con questa definizione un "essere diverso pur stando nella quotidianità".

Di lui ci mancherà il sottile sarcasmo e la punteggiatura scomoda delle definizioni; ci mancherà l'inventiva, il mettersi in gioco sempre e comunque. È un grave lutto per il mondo delle persone che ricercano, un lutto incolmabile nel mondo delle discipline marziali e orientali,

Il judo è cambiato, la sportivizzazione aveva portato un tipo di evoluzione non apprezzata da tutti e certi parlavano di tornare alle origini. Cesare Barioli genialmente trovò nell'opera e negli scritti di Jigoro Kano il motore dell'evoluzione. Il professor Kano, oltre a creare un nuovo tipo di arte marziale, che si ispirava al ju jutsu ma ne era allo stesso tempo diverso, tendeva a realizzare con esso un progetto sociale, migliorando i praticanti attraverso l'educazione, di cui aveva, nei vari scritti ormai trascurati e in parte perduti, abbozzato il percorso spirituale.

Questa è stata la strada seguita da Cesare, un percorso di cui non si è ancora intuita appieno l'importanza, una strada che, Cesare ha semplicemente indicato, ma che sta a noi continuare a percorrere .

Se la grandezza di una persona si misura dalle sue idee e dai suoi ideali, Cesare, indimenticabile maestro e amico, è stato un gigante.

# GLADIATORI ITALIANI

Passione, impegno e divertimento  
il quid per diventare i più forti di tutti!



**FJKAM**  
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

Timo

Daigoro  
Timoncini

# TIMO... TIMONCINI

DUE CAMPIONI IN UNO

# GLADIATORI DI ROMA 3D

DAL 18 OTTOBRE AL CINEMA

[www.gladiatoridiroma.it](http://www.gladiatoridiroma.it)



Gladiatori di Roma. TM © 2012 Rainbow Srl. Tutti i diritti riservati.  
Immagine di Aprie Strauß. [www.gladiatoridiroma.it](http://www.gladiatoridiroma.it)



# Il Tricolore degli Atenei

testo e foto di Claudio Culasso

Con una suggestiva cerimonia inaugurale, il 18 maggio 2012 si è dato il via alla 25ª edizione dei Campionati Nazionali Universitari (CNU), la prestigiosa manifestazione sportiva organizzata quest'anno dal CUS Messina, sotto l'egida del CUSI (Centro Universitario Sportivo Italiano). Presenti i Presidi delle facoltà universitarie, assieme ai Rappresentanti dei singoli CUS, che hanno incontrato il Magnifico Rettore di Messina, Franco Tomasello, e il Commissario Straordinario del CUS Messina Sergio Melai. Dopo lo spettacolo dei caratteristici pupi siciliani del Gargano, che sono stati allestiti all'interno del cortile universitario, un corteo di Atleti in stile olimpico è partito da Piazza Pugliatti sfilando per la città sino ad arrivare a Piazza Duomo, dove gli stessi Atleti hanno effettuato il tradizionale giuramento alla presenza delle autorità locali, con l'alzabandiera dei Carabinieri e della Brigata Aosta in alta uniforme. La competizione di karate, si è disputata al PalaNebiolo in concomitanza con il judo, nei giorni successivi 19 e 20 maggio 2012. Per l'occasione a rappresentare la federazione c'erano i Consiglieri Federali Maestri Gaetano Minissale (Judo) e Salvatore Nastro (Karate), che assieme al Vicepresidente Regionale-Settore Karate Giovanni Mallia, hanno ricevuto la gradita visita del Magnifico Rettore Franco Tomasello. Con loro era presente anche il Segretario Generale Federale Dottor Domenico Falcone. Coordinatrice dei Presidenti di Giuria la Signora Silvana Vigato.

## Kata Maschile

Il karate ha avuto l'avvio il primo giorno (sabato 19 maggio), con il kata maschile, dove ad emergere su tutti è stato il favorito Alessandro Iodice (Cus Napoli), Vicecampione Italiano Assoluto e Campione Italiano Juniores 2012, che, dopo aver superato in finale di poule l'abruzzese Jonathan Chesi (Cus Chieti), in finale ha trovato il lombardo Riccardo Losi (Cus Milano), che nella sua poule aveva avuto il merito di superare atleti del calibro di Gabriele Farina (Cus Chieti) e Umberto Palmiero (Cus Caserta). La finale tra Iodice e Losi, che si sono confrontati rispettivamente con il kata gankaku e Unsu e quello di libera composizione, vedrà emergere con autorevolezza il favorito casertano Iodice con il punteggio di 9 a 1.



*Il Magnifico Rettore di Messina Franco Tomasello (secondo sulla destra) presente al PalaNebiolo, con i Dirigenti Sportivi tra cui i nostri Consiglieri Federali Maestri Gaetano Minissale (Judo) e Salvatore Nastro (Karate)*



*Alessandro Iodice (Cus Napoli) in gankaku, vincitore dei kata*



### Kumite Maschile

Nella gara di kumite maschile nei 60 kg stessa finale dello scorso anno, tra Giuseppe Strano (Cus Napoli) e Sebastiano Gambacorta (Cus Bari), questa volta con risultato capovolto a favore del primo, che si prende la rivincita dello scorso anno, vincendo con un netto 3 a 1. Nei 65 kg. avvincente finale tra Michael Scanzetti (Cus Torino) e Maurizio Culasso (Cus Roma), quest'ultimo meritevole di aver battuto in finale di poule per giudizio arbitrale, uno dei candidati al successo Gianluca De Vivo (Cus Napoli) Campione Italiano Assoluto 2011 e Vicecampione 2012. Il titolo se lo aggiudica il torinese Scanzetti, un Atleta molto tecnico, che, partito contro Culasso in svantaggio per 2 a 0,

all'ultimo riesce a sorprendere con un ippon di mawashi jodan l'avversario, chiudendo l'incontro a suo favore con il punteggio di 3 a 2. Nei 70 kg. il successo è andato al Cus Bari con Luca Modesto, che, dopo una bella gara che lo ha visto superare in finale di poule il bravo Giuseppe Minervino (Cus Napoli), conquisterà il titolo imponendosi in finale, per giudizio arbitrale, contro il coriaceo Daniele Pelliccia (Cus Perugia). Nei 76 kg. a farsi strada è Carmine Milone (Cus Napoli), terzo nella edizione 2011, che con caparbietà è riuscito ad avere la meglio in finale superando un altro valido esponente del karate pugliese Giacomo Simmi (Cus Bari). Usciti di scena quest'anno nella categoria degli 83 kg. i protagonisti delle edizioni precedenti Manuel Muti ed Amir Hasayen, ad imporsi è Luca Bonetti (Cus Brescia) medaglia di bronzo dell'edizione

2011. In finale Bonetti riesce ad avere la meglio su Pietro Sorrentino (Cus Napoli). Nei 90 kg. ottima gara del romano Alessandro Rella (Cus Roma), figlio d'arte del bravo Maestro Stefano, che in gara è stato abilmente seguito dal coach Montecchiani. In finale vince meritamente la gara, anche se dovrà sudare le proverbiali "sette camicie" prima di spuntarla contro Domenico Ansalone (Cus Salerno) punteggio 3 a 2. Sorprendente finale di Adriano Longobardi (Cus Salerno) che vince il titolo nazionale universitario, dopo aver prevalso sul Campione delle ultime due edizioni Christian Toni (Toni recriminerà un ippon per un mawashi jodan



*Alessandra Cremona sul gradino più alto del podio nei kata*



*Podio dei 70 kg. con Luca Modesto (Cus Bari) al primo posto*

assegnato a Longobardi, a suo giudizio non andato a segno!). Longobardi conferma comunque il suo stato di grazia, battendo in finale il bravo Atleta calabrese Vincenzo Di Chiera già finalista della precedente edizione.

### Kata femminile

La competizione prosegue il giorno seguente (domenica 20 maggio 2012) con la prevista gara di kata femminile, che ha visto subito mettersi in evidenza Giada Poci (Cus Lecce) che riusciva a superare nelle prove eliminatorie, le brave Atlete siciliane Marika Famigliari (Cus Catania) e in finale di poule Chiara Masnata (Cus Palermo), mentre nell'altra poule è riuscita a farsi strada Alessandra Cremona che, ha raggiunto la finale, battendo nell'incontro decisivo una delle migliori Atlete in gara la veneta, stile Shito, Federica Bellazzo (Cus Venezia). Il confronto di finale tra Poci e Cremona, amiche-rivali entrambi scuola Shotokan, componenti con A. Del Giudice della CSKS Catania Squadra Campione d'Italia 2011, vedrà al termine prevalere quest'ultima con il kata federale e di libera composizione con il punteggio di 7 a 3. Con questa vittoria la Cremona vincitrice nel 2010, si riprende il titolo italiano universitario, che gli sfuggì lo scorso anno a Torino, quando fu sconfitta in finale contro la campionessa italiana assoluta 2012 Viviana Bottaro (Cus Genova).

### Kumite Femminile

Ha fatto subito seguito la gara di kumite femminile dove nella categoria dei 50 kg, si è assistita alla stessa finale già vista nella edizione dello scorso anno, tra la romana Elena Ceccarelli (Cus Bologna) <sup>3^</sup> classificata ai campionati assoluti 2012, e Chiara Soldi (Cus Bergamo) incontro che conferma la prima campionessa universitaria 2012. Anche nei 55 kg, segnaliamo il ritorno sul gradino più alto del podio, della brava rappresentante calabrese Fortunata Benigno (Cus



La bresciana Nicole Forcelle (Cus Milano) campionessa kumite 61 kg



Elena Ceccarelli (Cus Bologna) in finale (cat.50 kg) con Chiara Soldi (Cus Bergamo)

Reggio Calabria), allieva del M° Gerardo Gemelli, già vincitrice dell'edizione 2010, che in finale è riuscita ad imporsi sulla campionessa uscente Debora Mele (Cus Bari). Nei 61 kg molto spettacolare la finale tra la bresciana Nicole Forcelle (Cus Milano), favorita campionessa assoluta 2011 e l'Atleta romana Diletta Di Benedetto (Cus Roma), incontro vinto dalla prima per 5 a 2, anche se la romana ha evidenziato un netto miglioramento rispetto al 5° posto di Torino 2011. Successo nei -68 kg della sicula new-entry Denise Ferraro (Cus Palermo), che ha avuto il merito di superare al primo turno la vincitrice della precedente edizione la veneta Giulia Bernardi (Cus Padova) e in finale la forte Alessandra Benedetto (Cus Catania), allenata dal M° Riccardo Partinico. Nella categoria dei massimi +68 kg vittoria di Laura Rossi (Cus Brescia), già finalista nell'edizione precedente, che in questa gara si è aggiudicata il titolo, battendo nell'incontro decisivo la fortissima Viola Zangara (Cus Catanzaro), vincitrice in finale di poule contro la campionessa uscente Viviana Di Bello (Cus Foggia).



*Claudio Culasso e Cinzia Colaiacomo, responsabili della Squadra Nazionale Universitaria con gli Ufficiali di Gara Giuseppe Notarianni, Roberta Agosto e Francesco Rizzuto*

### Classifica finale

La competizione ha visto nella classifica generale il successo del Cus Napoli (p.72), davanti al Cus Roma (p.67) seguiti al terzo posto dal Cus Bari (p.60) e al quarto dal Cus Salerno (p.40). Da evidenziare la proverbiale sfida nel kumite maschile tra i due maggiori Atenei Cus Roma e Cus Napoli, confronto quest'anno andato a favore -seppure per un punto- del Cus Roma (p.54) rispetto al Cus Napoli (p.53). Nel Kumite femminile, invece, su tutti si è imposto il Cus Bari (p.24) davanti al Cus Bergamo (p.20), Ateneo secondo classificato.



*Luca Bonetti (Cus Brescia) vincitore nel kumite cat.83 kg*



*Alessandro Rella (Cus Roma)  
vincitore dei 90 kg*



*Alessandra Cremona la migliore nel kata*

# Torneo delle Regioni di kata: ancora una volta il Judo Veneto in testa

Tre le coppie venete che vincono il Grand Prix d'Italia

di Diego Lancini

Netta affermazione per il Judo veneto dei kata, che al PalaCornaro del Lido di Jesolo domenica scorsa 2 settembre ha conquistato il gradino più alto del podio nel Torneo delle Regioni di Kata di Judo FIJKAM, sesta ed ultima prova del Grand Prix d'Italia, davanti a Piemonte, Umbria e Friuli Venezia Giulia.

I fratelli Diego e Enrico Tommasi del C.A.M. Yawara Verona per il Nage no kata, Andrea Fregnan e Stefano Moregola dell'Eurobody Portoviro per il Katame no kata e Andrea Faccioli con Alessandro Costantini del CUS Venezia per il Kime no kata, hanno conquistato l'oro del Grand Prix d'Italia 2012. Risultato più che ottimo: tre medaglie d'oro su cinque kata da competizione. Quella di domenica era dunque l'ultima prova per aggiudicarsi il Grand Prix d'Italia e in sede di gara, inoltre, sono state fatte le convocazioni delle coppie che parteciperanno al Campionato del Mondo di Kata, che si svolgerà quest'anno a Pordenone i prossimi 22 e 23 settembre. Grazie a questi risultati tutte e tre le coppie venete hanno conquistato il pass per il Campionato del Mondo.

Sabato, invece, sempre al PalaCornaro di Jesolo, si è svolto uno stage di Nage no kata e Katame no Kata. Oltre 100 i judoka provenienti da tutta Italia per partecipare alle intense 3 ore di lavoro sul tatami. In regia i docenti federali Daniele Mainenti e Nicola Grandi e le due coppie venete medagliate ai recenti Campionati Europei di Kata: i fratelli Diego e Enrico Tommasi e Andrea Fregnan con Stefano Moregola.

L'impeccabile l'organizzazione durante questo fine settimana, affidata dal Comitato Regionale Veneto FIJKAM all'ASD Judo Kodokan Jesolo, che ha reso perfetto tutto l'evento.

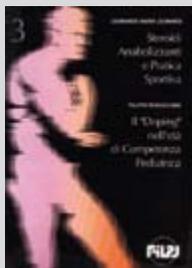




1. DOPING MEGLIO EX ATLETA CHE UOMO di Giovanni Notarnicola - Pag.62



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



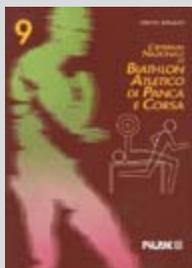
6. BIOMECCANICA DEGLI SPORT DI COMBATTIMENTO di Attilio Sacripanti - Pag. 96 (esaurito)



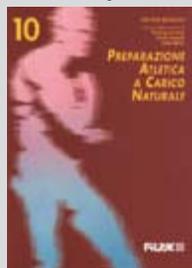
7. BIOMECCANICA DELLA PESISTICA MODERNA di Renzo Pozzo, Attilio Sacripanti ed Ernesto Zanetti Pag. 112



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



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



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



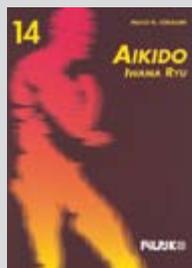
11. ALIMENTAZIONE E SPORT di Michelangelo Giampietro, Giuseppina Gagliardi e Stelvio Berardo - Pag. 127



12. LE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE (esaurito)



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



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



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



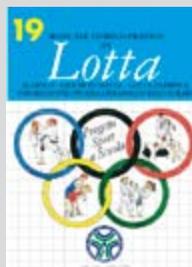
16. MGA: IL MEODO GLOBALE DI AUTODIFESA FIJLIK di Giuseppe Locantore (2ª edizione) - Pag. 123



17. 101 ANNI DI MEDAGLIE 1906-2007 di Livio Toschi Pag. 112



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



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



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



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



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



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



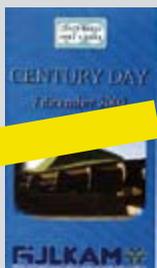
24. 1° Quaderno Tecnico Fijlkam: Documenti tecnico-scientifici Atti dei Seminari Tematici 2007-2009 di Renato Manno Pag. 96



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



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



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

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

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

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

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

FIJLKAM - Ufficio Stampa  
e-mail: stampa@fijlkam.it - fax 06 56191527  
Via dei Sandolini, 79 - 00122 Ostia Lido RM



# Judo e Disabilità – 25 anni per li Body Park Ponte San Pietro

di Andrea Sozzi

Il Body Park Ponte San Pietro (Bergamo) ha celebrato il 25° anniversario dell'attività di judo per persone con disabilità. Un'iniziativa il cui avvio che risale al 1984, quando Emilio Maino, tra i primissimi in Italia, iniziò questo progetto.

"In 25 anni – racconta Maino- ne sono passati di ragazzi sul tatami, oltre cinquanta, soprattutto con sindrome di Down, alcuni dei quali hanno mostrato grande longevità judoistica".

Alcuni "ragazzi del mercoledì", come qualcuno li ha soprannominati, hanno in effetti lasciato che il judo accompagnasse la loro vita per oltre vent'anni e quattro ragazzi con disabilità hanno addirittura raggiunto la cintura nera e hanno tuttora parte attiva nei corsi, promossi al grado di "aiutanti" del maestro Massimiliano Gervasoni, da tre anni titolare del corso insieme ad Andrea Cattaneo.

Judo, amicizia, crescita, socialità: sono numerose iniziative di questi anni, tra cui svezta, memorabile, il viaggio in Giappone del 1992, per scoprire le origini del judo.

Negli ultimi quattro anni è iniziata una cospicua collaborazione con l'AIPD (Associazione Italiana Persone Down), per cui l'attività di judo è un vero fiore all'occhiello.

Nuove idee creative, recentemente, hanno prodotto la nascita di un concorso artistico, che accosta il lato marziale della disciplina a quello propriamente estetico e figurativo, come ad esempio nella la rappresentazione di "Pierino e il lupo" in forma judoistica, con la collaborazione di esperti ed anche delle mamme che sono salite sul tatami.

Un percorso che continua, dunque, con tante idee e l'energia del primo anno.

"La forza che parte dallo svantaggio può essere davvero formidabile", ha detto Emilio Maino, presidente della società Body Park, ricordando con commozione la scomparsa, nel dicembre scorso, di Angiolino Borella, uno dei primissimi allievi del suo corso.

Massimiliano Gervasoni con i «ragazzi del mercoledì»

Il corso di judo 2012 per persone con disabilità presso la Body Park Ponte San Pietro.



Il corso di judo 2012 per persone con disabilità presso la Body Park Ponte San Pietro



Massimiliano Gervasoni con i ragazzi del mercoledì

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

青春

SEISHUN



**VITTORIA del risparmio!**  
**Un prezzo da**  
**IPPON !!!**

**Judogi giovanili per debuttanti**

**Prezzo FISSO per tutte le misure dalla 000<sup>a</sup> alla 2<sup>a</sup>!**

**Set completo: giacca, pantalone e cintura**

青春



**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**

# Trofeo Gran Premio Giovanissimi con FIDAS, UNICEF e WWF

di Cristina Di Raimondo

Nella splendida cornice di Conversano (BA), presso il Pala San Giacomo, domenica 17 giugno c.a. si è svolto il tradizionale evento sportivo rivolto ai bambini denominato "Trofeo Gran Premio Giovanissimi FIDAS – UNICEF – WWF", con i rispettivi presidenti regionali: Rosita Orlandi, Silvana Calaprice e Antonio De Feo. Da menzionare altresì la fattiva collaborazione all'Evento da parte del Referente UNICEF del programma "Sport Amico" Roberto D'Alessandro e Sponsor Wacko's - San Carlo.

Parola d'ordine "tutti vincitori e nessun vinto"! Obiettivo del Gran Premio Giovanissimi è consentire la massima partecipazione, evitando preclusioni determinate da prove eccessivamente tecniche e tarando la difficoltà delle prove in modo crescente, ma sempre adeguato all'età ed alle capacità dei partecipanti. Da qui l'esigenza di articolare le prove tenendo conto del progressivo passaggio dallo sviluppo degli schemi motori di base alla formazione dei presupposti cognitivi, coordinativi e condizionali indispensabili per il conseguimento delle competenze motorie specifiche del Karate.

I bimbi hanno esordito nel "Gran Premio Giovanissimi" con una formula di competizione che tiene conto delle fasi sensibili dello sviluppo umano, tra i 5 e i 14 anni, e delle esigenze del mondo della scuola ("Lo Sport è un mezzo non un fine"), espresse nelle linee guida fissate alcuni anni fa dal Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca e sulle quali è imperniato il Progetto approvato alla Commissione C.O.N.I. – M.I.U.R..

Durante tutta la Manifestazione Sportiva giochi e animazioni hanno alimentato il divertimento dei bambini ed impreziosito il contesto. Nulla è stato lasciato al caso, tutto è stato finalizzato alla gioia ed al divertimento dei piccoli Atleti e quindi, di riflesso, a tutti gli intervenuti.

Nello specifico, i piccoli Atleti si sono quindi esibiti in tre diversi esercizi:

Esercizio destrutturato = Percorso a tempo; Esercizio semistrutturato = Gioco Tecnico con Palloncino; Esercizio strutturato = Prova Tecnica.

Ogni Atleta è stato premiato con medaglia, gadget, ed allietato dalla presenza di mascotte, carretti con zucchero filato e popcorn, rendendo, così, una giornata di sport



anche un motivo di festa e condivisione. Altro momento suggestivo è stato quello delle esibizioni di Sound Karate da parte degli Allievi del Maestro Pompeo Fabio Picca che sono state apprezzate ed applaudite dai presenti all'evento. Di singolare rilievo, inoltre, la decisione da parte del Comitato Regionale Puglia di devolvere €1,00 per ogni bambino iscritto all'UNICEF al fine



di aiutare le campagne a favore dei bambini di tutto il mondo. Sport, divertimento e solidarietà, questi gli ingredienti del successo di questa giornata all'insegna della sana competizione sportiva.

Centrate a pieno, dunque, le finalità riguardanti le gare svoltesi sotto il vessillo del C.O.N.I. – F.I.J.L.K.A.M. A tal proposito è doveroso citare chi ha permesso che tutto ciò trovasse impiego nella gara attraverso il capillare lavoro svolto in tutto il territorio italiano e cioè il Direttore Tecnico Nazionale c.n. 8° Dan Prof. Pierluigi Aschieri avallato dal Presidente del Settore Karate Nazionale Prof. Giuseppe Pellicone. Un plauso va infine elargito agli organizzatori regionali: Il Presidente Fijlkam Regione Puglia Francesco Saverio Patscot ed il Vice Presidente di Settore Karate Maestro Sabino Silvestri, oltre che alla Società



organizzatrice, il Centro Sportivo Pegaso Conversano diretto dal Maestro Vincenzo Cicorella e dal Presidente Meuri Pasqua Santa.



# SEI DIPENDENTE O TESSERATO FIJKAM RISPARMIA FINO A 100 EURO!



**FIJKAM**  
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTIA KARATE ARTI MARZIALI

## Porta con te la Licenza Federale Fijklkam

È facile risparmiare il **15%** su tutti i tuoi acquisti! Porta con te la tua tessera FIJKAM, e chiedi la **BasicCard**! Lo sconto è **cumulabile** con eventuali promozioni in negozio e con i saldi di stagione. Lo sconto è valido fino a un massimo di spesa di 1.000 euro fino al 30/11/12.



Solo vantaggi.

La convenzione è valida nei seguenti negozi:

**ROBE DI KAPPA**

**SUPERGA**

**K-WAY**

**ROBE DI KAPPA JR**

**Kappa OUTLET**

**theGigastore.com**

allo  
**SPACCIO**  
shopping intelligente

Per scoprire il punto vendita più vicino vai su [www.basiccard.net](http://www.basiccard.net) e clicca su store locator. Offerta valida fino al 30 novembre 2012. Non cumulabile con altri sconti e promozioni BasicCard.

Per gli acquisti on-line, collegati al sito [www.theGigastore.com](http://www.theGigastore.com) e clicca "Login": se non sei ancora registrato, iscriviti subito; all'interno del form di registrazione (subito dopo i tuoi dati anagrafici) clicca su "Attivazione Codice Privilegio Discount" e digita 771210000011; clicca "Inserisci" e poi "continua" o "aggiorna". Lo sconto sarà subito attivo.

# 1° Judo Seasonal Opening e Meeting Darfo Boario Terme (Brescia)

di Emanuele Casali

È stato uno degli stage più qualificati degli ultimi anni in Italia. È stato uno stage come pochi altri, avendo spaziato con docenti di alto livello in tutte le sfere judoistiche: la preparazione atletica, il combattimento, la fase agonistica, il kata, il judo disabili, la fase amatoriale. Judo a 360° a Darfo Boario Terme, in Valcamonica, la valle delle incisioni rupestri di 5000 anni fa, dichiarate patrimonio dell'umanità dall'Unesco, in un lungo fine settimana per aggiornarsi, per imparare.

Regia del Comitato regionale Lombardia Judo FIJKAM e di Giraffa ASD di Raffaele Girardi.

Quattro giorni nei quali sono stati presenti sul tatami allestito dal volenteroso staff del Comitato Lombardia centinaia di judoka non solo lombardi: c'era il judo di Malta (cosicché lo stage s'è dato una spolveratina di internazionalità), il Trentino Alto Adige e Napoli. Era il primo stage estivo in egida Comitato regionale Lombardia Judo e Santo Pesenti qualche apprensione l'aveva, ma è svaporata ben presto vedendo la massiccia partecipazione. "Ma soprattutto vedendo che lo staff dei docenti -sbrogia Pesenti- è stato molto apprezzato dagli stagisti". Era uno staff di prima classe, uno staff con diramazioni internazionali. Continua Pesenti: "il maestro Gianni Maddaloni profuma ancora di oro olimpico e le sue lezioni hanno affascinato l'uditorio. I maestri Giampiero Gobbi, Ilaria Sozzi, Marta Frittoli, Giacomo De Cerce, Pierluca Padovan, sono interpreti di kata a livello mondiale. Al judo disabili si sono dedicati oltre a Ilaria Sozzi, anche Alessandro Bison e Raffaele Girardi. Abbiamo creato un mosaico judoistico unico nel suo genere, potendo osservare contemporaneamente un judo agonistico di livello olimpico e un judo kata di livello mondiale. Sono molto soddisfatto di questo Judo Seasonal Opening, il primo del nostro Comitato, e subito ha funzionato. Grazie a tutti i volenterosi collaboratori".

E neanche la sera di sabato s'è sprecata. Out a sollazzi vari, e partecipazione di tutti alla conferenza "L'unione fa la forza" con lo straordinario intervento di don Alessio Albertini responsabile della pastorale giovanile della diocesi di Milano, e dell'avvocato Gilberto Celletti. Presenti al tavolo ufficiale il conduttore Raffaele Girardi, Gianni Maddaloni (vibranti le sue storie di judo a Napoli), Santo Pesenti, Giampiero Gobbi. Don Albertini ha focalizzato l'importanza dello sport nell'educazione dei ragazzi "che oggi sono soli e si domandano "per chi?" dovrebbero mettere in ordine la propria persona se nessuno li degna di attenzione". Celletti ha puntualizzato la validità dell'unione di più società sportive per ottenere ciò che abbisogna, foss'anche soltanto la disponibilità di impianti. Il judo di Lombardia continua così una striscia di eccellenza tecnica e didattica che si spera di vedere quanto prima tradotta in eccellenti risultati agonistici.



# **SCEGLI IL FUTURO, SCEGLI EASYSport!**

## **EASYSport UN SALTO DI QUALITA' NELLA GESTIONE AMMINISTRATIVA E FINANZIARIA DELLE ASSOCIAZIONI SPORTIVE**

**EasySport, e' il software realizzato per le Associazioni Sportive che semplifica la gestione della contabilita' e mette in condizioni anche quegli utenti con poca dimestichezza sia con l'utilizzo del computer che con le pratiche contabili di gestire in modo efficace ed efficiente tutte le problematiche amministrative, finanziarie e di reportistica.**

**In questi tempi di crisi e di tagli ai budgets governativi diventa fondamentale essere precisi, efficienti e costantemente aggiornati circa l'andamento economico finanziario di qualsiasi attivita'. EasySport mette in condizioni le Associazioni Sportive di approcciare con maggiore puntualita' le problematiche contabili ed amministrative e di effettuare un efficace controllo di gestione in modo tale di conoscere in qualsiasi momento la propria situazione amministrativa e finanziaria. Inoltre EasySport rappresenta un valido aiuto per quanto concerne la reportistica.**

**Il software EasySport rappresenta una garanzia sotto ogni punto di vista in quanto e' prodotto da Sicom, leader nazionale nella realizzazione di software contabile per aziende e per commercialisti. Sicom con la sua esperienza pluridecennale ed un copertura capillare del territorio da nord a sud, e' garanzia di avere un software eccezionale facendo un investimento accessibilissimo.**

**Chiama la nostra sede per essere indirizzato al tuo concessionario di riferimento e fissare un incontro personalizzato.**



Via F.lli Rosselli, 25 20027 RESCALDINA (MI)

Tel. 0331/937111 – Fax 0331-464766

Email: [sicom srl@sicom srl](mailto:sicom srl@sicom srl)

# La cardiopatia ischemica silente nello sportivo Master

di Marco Petrucci (Responsabile sanitario Centro Olimpico FIJLKAM)

La cardiopatia ischemica è la più comune malattia cardiovascolare che colpisce gli uomini, ma anche nelle donne ha assunto una percentuale rilevante. Nonostante la protezione degli estrogeni anche nelle donne le abitudini di vita hanno indotto un numero sempre maggiore di casi di malattia.

Ricordo che nell'uomo è sicuramente la prima causa di morte, l'abitudine tabagica, obesità, ipercolesterolemia, ipertensione arteriosa sono fattori scatenanti la cardiopatia ischemica.

Ecco che lo sport sicuramente rappresenta un fattore protettivo e preventivo, ma può anche diventare un fattore scatenante la patologia, in quanto lo sforzo può mettere in evidenza la sintomatologia con eventi anche fatali.

Da qui la visita sportiva, che rappresenta sicuramente una valutazione complessiva dell'atleta Master, onde evitare situazioni critiche.

Ma cosa fare una visita ad un atleta Master?

Certamente le condizioni cliniche di un adulto sono differenti rispetto ad un giovane atleta, quindi una buona indagine sulle abitudini di vita ed una approfondita anamnesi sono fondamentali per una valutazione complessiva dell'atleta.

Ma l'esame elettivo da eseguire sempre è la prova da sforzo al cicloergometro o tapis roulant, che può mettere in evidenza la cardiopatia ischemica anche in assenza di sintomi, da qui "cardiopatia ischemica silente".

La prova deve essere sempre "massimale", cioè deve essere raggiunta una frequenza cardiaca massima del paziente, se possibile, per poter svelare eventuali anomalie ecggrafiche che a riposo possono non essere presenti.

La frequenza teorica massima è valutabile con una semplice formula "220bpm meno età paz." per gli uomini e "200bpm meno età paz." nelle donne.

Negli atleti Master è raccomandabile questo esame, poiché rappresenta una valutazione cardiologica che può scongiurare situazioni spiacevoli.

Purtroppo molto spesso abbiamo sentito di atleti Master, specialmente nel podismo, avere morti per infarti acuti devastanti durante le gare.

Riepilogando: la cardiopatia ischemica è la principale causa di morte nell'uomo, quindi l'unica soluzione è la prevenzione, stile di vita giusto e attività fisica sono fondamentali. Ma prima di avvicinarsi allo sport ad un'età superiore ai 35 anni è necessaria la visita sportiva, ma non la solita visita che fanno i giovani atleti, ma una valutazione cardiologica vera e propria.

Dovrebbero essere gli atleti stessi a richiedere tale prestazione, cambiando così radicalmente la mentalità dove la visita è vista come una scocciatura annuale e bisogna trovare



tutti i modi per fare prima e pagare meno.

I Master no! dovrebbero avere la consapevolezza che spendere di più per un esame superiore deve essere normale, qualche telefonino in meno e qualche sfizio in meno si possono sacrificare per la propria tranquillità.





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



# calendario interdisciplinare 2012

## GENNAIO

14-15	J	World Judo Masters Top 16	Almaty (KAZ)
14-15	K	WKF Premier League Karate 1 - Parigi - Over18	Parigi (FRA)
22	J	Trofeo Int.le Città di Taranto (Trofeo Italia)	Taranto
28	J	Trofeo Int. Alpe Adria (G.P. Juniores)	Lignano S./UD
29	J	Trofeo Int.le Alpe Adria (G.P. Cadetti)	Lignano S./UD
28-29	J	World Cup - M	Tbilisi (GEO)
28-29	J	World Cup - F	Sofia (BUL)
28-29	L	1° Golden Grand Prix Vehbi Emre SE GR	Istanbul (TUR)
28-29	L	Torneo Int. Nordhagen Classic SE F	Calgary (CAN)
28	K	Campionato Italiano a Rappresentative Regionali - Juniores/Seniores M/F	Lido di Ostia/RM
29	K	Campionato Italiano a Rappresentative Regionali - Esordienti "B"/Cadetti M/F	Lido di Ostia/RM
29	J	Torneo di Giaveno (G.P. Kata)	Giaveno/TO

## FEBBRAIO

02/04	L	Torneo Int. Memorial Dave Shultz SE GR/SL/F	Colorado Springs (USA)
04-05	J	Grand Slam Parigi	Parigi (FRA)
10/12	K	39° Campionato Europeo CA/JU/UNDER21	Baku (AZE)
11	L	Torneo Int. Flatz JU/CA SL/F	Wolfurt (AUT)
11-12	J	World Cup - M	Oberwart (AUT)
11-12	J	Campionato Italiano Cadetti - M/F - GARA RINVIATA-	Lido di Ostia/RM
11-12	J	World Cup - F	Budapest (HUN)
12/15	L	Torneo Int. Granma e Cerro Pelado SE GR/SL	Havana (CUB)
18-19	J	Grand Prix - M/F	Dusseldorf (GER)
18-19	L	Torneo Int. Klippan Lady Open SE F	Klippan (SWE)
19	J	EJU Kata Tournament	Bruxelles (BEL)
25	L	Campionato Italiano Esordienti SL	Lido di Ostia (RM)
25	J	Trofeo Int. Città di Vittorio Veneto (Master)	Vittorio Veneto/TV
26	J	Trofeo Int.le Città di Vittorio Veneto (Trofeo Italia)	Vittorio Veneto/TV
25-26	J	World Cup - M	Praga (CZE)
25-26	J	World Cup - F	Varsavia (POL)

## MARZO

03	L	Campionato Italiano Esordienti GR	Lido di Ostia (RM)
03-04	J	Campionato Italiano Juniores - M/F	Genova/GE
06/11	J	2° EJU Kodokan Seminar	Lignano S./UD
06/11	L	Campionato Europeo SE GR/SL/F	Belgrado (SRB)
09/11	L	Torneo Int. Open d'Austria JU GR	Gotzis (AUT)
10	J	Trofeo Int.le Master Giano dell'Umbria (Master)	Terni
11	J	Trofeo Int.le Giano dell'Umbria (Trofeo Italia)	Terni
10-11	J	European Cup Cadetti	Zagabria (CRO)
10-11	K	Campionato Italiano Cadetti ed Esordienti "B" M/F (Kata)	Lido di Ostia/RM
17	L	Campionato Italiano Cadetti GR	Lido di Ostia (RM)
23/25	L	Torneo Int. Coupe Blue Danube CA GR	Dorog (HUN)
24	J	Campionato Italiano di Kata	Pordenone
24	L	Campionato Italiano Cadetti SL/F	Lido di Ostia (RM)

24-25	K	Campionato Italiano Juniores ed Assoluto M/F (Kata)	Loano/SV
25	J	Torneo Lanterna Master	Genova/GE
30 mar 01 apr	K	13° Open d'Italia - CA/JU/U21/SE	Cambiago/MI
31	L	Campionato Italiano Juniores GR	Rovereto (TN)
31	J	67° Campionato Italiano Assoluto - M	Verona

## APRILE

01	J	46° Campionato Italiano Assoluto - F	Verona
14	L	Campionato Italiano Juniores SL	Napoli
14-15	J	Torneo Int.le RSM - F	Pesaro/PU
14	K	47° Campionato Italiano Assoluto Maschile (Kumite)	Lido di Ostia/RM
15	K	30° Campionato Italiano Assoluto Femminile (Kumite)	Lido di Ostia/RM
14-15	K	25° Torneo Int. "Bosphorus Cup" Over18	Istanbul (TUR)
18/22	L	Torneo Europeo di Qualificazione Olimpica GR/SL/F	Sofia (BUL)
21	J	Torneo Int.le Città di Colombo (G.P. Juniores)	Genova
22	J	Torneo Int.le Città di Colombo (G.P. Cadetti)	Genova
21-22	J	European Cup Cadetti - M/F	Tepllice (CZE)
21-22	K	Campionato Italiano Juniores M/F (Kumite)	Lido di Ostia/RM
21	J	EJU Kata Tournament	Pordenone
22	J	Trofeo Villanova Kata (G.P. Kata)	Pordenone
25/29	L	1° Torneo Mondiale di Qualificazione Olimpica GR/SL/F	Taiyuan (CHN)
26/29	J	Campionato Europeo Seniores - Ind/Sq	Chelyabinsk (RUS)
28-29	J	European Cup Junior - 30° Trofeo Tarcento	Tarvisio/UD
30	J	EJU Training Camp Junior	Tarvisio/UD

## MAGGIO

01	J	Memorial "BIS" (G.P. Kata)	Reggio Emilia
01-02	J	EJU Training Camp Junior	Tarvisio/UD
02/06	L	2° Torneo di Qualificazione Olimpica GR/SL/F	Helsinki (FIN)
05-06	J	Grand Prix - M/F	Baku (AZE)
05	J	Torneo Int. Città di Valenza	Valenza Po/AL
05	L	Gran Premio Giovanissimi SL/F	Lido di Ostia (RM)
10/13	J	Campionato Europeo Master	Opole (POL)
11/13	K	47° Campionato Europeo Assoluto M/F	Tenerife (SPA)
12	L	Campionato Italiano Assoluto SL/F	Lido di Ostia (RM)
13	J	Trofeo Int. le Città dell'Aquila (Trofeo Italia)	L'Aquila
13	L	Campionato Italiano Assoluto GR	Lido di Ostia (RM)
19-20	J	Campionato Nazionale Universitario	Messina
19-20	K	Campionato Nazionale Universitario M/F	Messina/ME
19-20	K	Campionato Italiano Esordienti "B" - M/F (Kumite)	Lido di Ostia/RM
20	J	Trofeo Int.le Vallo di Diana (Trofeo Italia)	San Rufo/SA
24/27	J	Grand Slam - M/F	Mosca (RUS)
26-27	J	Campionato Europeo Kata	Koper (SLO)
26-27	J	Campionato Italiano Esordienti "B" - M/F	Lido di Ostia/RM
26-27	L	Criterium Nazionale Universitario GR/SL/F	Messina
26-27	K	11° Open di Toscana - CA/JU/U21/OVER18 M/F	Firenze (ITA)



# calendario interdisciplinare 2012

## GIUGNO

02	<b>L</b>	Torneo Int. Trofeo Milone SE GR	Sassari (ITA)
02	<b>L</b>	Torneo Int. Città di Sassari SE SL/F	Sassari (ITA)
03	<b>L</b>	Torneo Int. Sardinia Beach Wrestling SE/JU/CA	Sassari (ITA)
02-03	<b>J</b>	European Cup Juniores	Leibnitz - M/F
02-03	<b>J</b>	Campionato Italiano Cadetti di Judo	Lido di Ostia/RM
09	<b>L</b>	9° Memorial "Mauro Savron" SL/F	Trieste
09	<b>L</b>	12° Grand Prix Città di Chiavari SL/F	Chiavari (GE)
09-10	<b>K</b>	10° Campionato Europeo a Rappresentative Regionali - Under 18/Over 18 - Squadre - M/F	Mosca (RUS)
16	<b>J</b>	Torneo Int. Le Città di Messina (G.P. Juniores)	Messina
17	<b>J</b>	Torneo Int. Le Città di Messina (G.P. Cadetti)	Messina
16-17	<b>L</b>	1° Trofeo delle Alpi "Lorenzo Calafiore"	Torino
19/24	<b>L</b>	Campionato Europeo JU GR/SL/F	Zagabria (CRO)
22/24	<b>J</b>	Campionato Europeo Cadetti	Bar (MNE)
23	<b>J</b>	Coppa Sicilia (G.P. Kata)	Lipari/ME
23-24	<b>K</b>	Campionato Italiano Cadetti M/F (Kumite)	Lido di Ostia/RM

## LUGLIO

01	<b>J</b>	Trofeo Int. Le Città di Ventimiglia	Ventimiglia/IM
14-15	<b>J</b>	European Cup Juniores - M/F	Paks (HUN)
17/22	<b>L</b>	Campionato Europeo CA GR/SL/F	Katowice (POL)
28 lug 03 ago	<b>J</b>	GIOCHI OLIMPICI JUDO	Londra (GBR)

## AGOSTO

05/12	<b>L</b>	Giocchi Olimpici GR/SL/F	Londra (GBR)
20/24	<b>K</b>	23° Raduno Tecnico Internazionale	Grado/GO (ITA)
21/26	<b>L</b>	Campionato Mondiale CA GR/SL/F	Baku (AZE)
25-26	<b>K</b>	27° Open di Grado CA/JU/U21/OVER18 - M/F	Grado/GO (ITA)
26/31	<b>J</b>	VIII° Stage Internazionale ES "A"/ES"B"/CA/JU	Lignano S./UD

## SETTEMBRE

01-02	<b>K</b>	WKF Premier League Karate 1 - Istanbul - Over 18	Istanbul (TUR)
04/09	<b>L</b>	Campionato Mondiale JU GR/SL/F	Pattaya (THA)
09	<b>J</b>	Open Master d'Italia (Master)	Follonica/GR
14-15	<b>L</b>	XXII Grand Prix Sicily Lotta SE/CA SL/F	Palermo
18/23	<b>L</b>	Campionato Mondiale Veterani GR/SL	Szombathely (HUN)
20-21	<b>J</b>	IJF Kata Judge Seminar and Examination	Pordenone
21/23	<b>J</b>	Campionato Europeo Juniores	Porec (CRO)
22	<b>J</b>	Trofeo Master FVG	FVG
22-23	<b>J</b>	Kata World Championship	Pordenone
23	<b>J</b>	Torneo delle Regioni Kata - Coppa Italia Kata	Mestre/VE
28/30	<b>L</b>	Campionato Mondiale SE F	Strathcona County (CAN)
29-30	<b>J</b>	World Cup Roma - M/F	Lido di Ostia/RM

## OTTOBRE

06	<b>L</b>	Trofeo Int. Passamani (Coppa Italia GR)	Rovereto (TN)
06-07	<b>K</b>	21° Campionato del Mediterraneo Assoluto M/F	Tuzla (BIH)
14	<b>J</b>	Trofeo Int. Le Romagna (Trofeo Italia)	Lugo di Romagna/RA

14	<b>L</b>	5° Torneo Int. "Bassa Bergamasca"	Mozzanica (BG)
21	<b>L</b>	Trofeo Int. Fucci (Coppa Italia GR)	Ravenna
27-28	<b>J</b>	Campionato Italiano Under 23 - M/F	Rimini
27-28	<b>K</b>	WKF Premier League Karate 1 - Salzburg - Over 18	Salzburg (AUT)
31 ott 03 nov	<b>J</b>	Campionato del Mondo Master	Salvador de Bahia (BRA)

## NOVEMBRE

03	<b>L</b>	4° Trofeo delle Regioni (Coppa Italia SL)	Napoli
03	<b>K</b>	Campionato Italiano Assoluto a Squadre Sociali M/F	Lido di Ostia/RM
04	<b>J</b>	Trofeo Int. Le Sankaku (Trofeo Italia)	Bergamo
04	<b>K</b>	Campionato Italiano Giovanile a Squadre Sociali M/F	Lido di Ostia/RM
11	<b>L</b>	Coppa Italia GR	Como
16/18	<b>J</b>	Campionato Europeo Under 23	Praga (CZE)
17	<b>L</b>	Coppa Italia SL	Terni
17-18	<b>J</b>	Coppa Italia - M/F	Firenze
21/25	<b>K</b>	21° Campionato Mondiale Assoluto M/F	Parigi (FRA)
24	<b>L</b>	Gran Premio Giovanissimi GR/F	Bari
24-25	<b>K</b>	Gran Premio Giovanissimi Esordienti "A" M/F	Lido di Ostia/RM
25	<b>J</b>	Trofeo Int. Le Olimpica Bellizzi (Trofeo Italia)	Bellizzi/SA

## DICEMBRE

01	<b>J</b>	Campionato Italiano a Squadre JU/SE - M/F	Pesaro/PU
01	<b>L</b>	Coppa Italia SL	Pisa
02	<b>J</b>	Campionato Italiano a Squadre CA - M/F	Pesaro/PU
08	<b>L</b>	Campionati Italiani a Squadre GR e SL	Lido di Ostia (RM)
08-09	<b>K</b>	4° Open di Campania CA/JU/U21/OVER18 - M/F	Monteruscio/NA (ITA)
15	<b>J</b>	Trofeo master Lombardia	Ciserano/BG

**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