

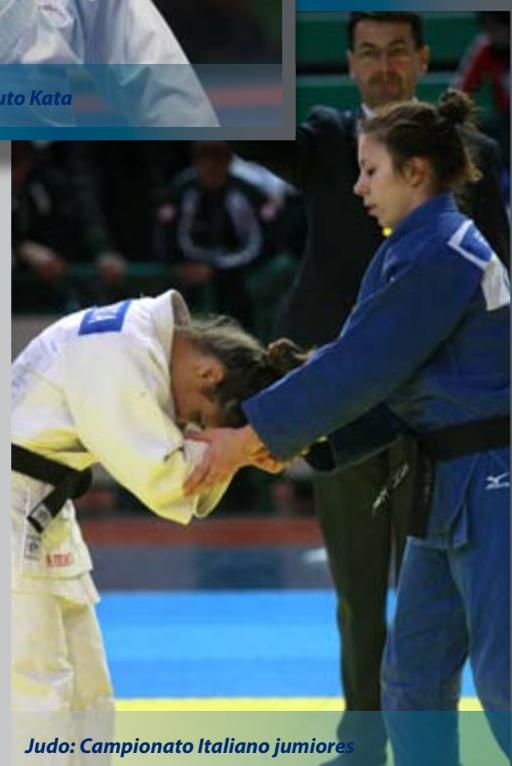
ATLONET



Lotta: Campionato Italiano Assoluto greco romana



Karate: Campionato Italiano Assoluto Kata



Judo: Campionato Italiano juniores

ATTIVITÀ INTERNAZIONALE

Karate 7 stelle "Azzurrine" nel cielo della Mezzaluna...
di Leandro Spadari

3

Judo All'Azerbaijan il 18° Alpe Adria, ma sono d'oro 15 atleti italiani
di Enzo de Denaro

8

ATTIVITÀ NAZIONALE

Lotta Assoluti Greco romana: Minguzzi tiene banco
di Giovanna Grasso

12

Karate Assoluti di Kata: anno zero
di Daniele Poto

21

Lotta Assoluti stile libero e femminile: con la Lotta nel cuore
di Giovanna Grasso

26

Judo Campionati Juniores 2013
di Andrea Sozzi

33

Lotta Campionato Italiano Esordienti stile libero: i giovani di oggi sono i campioni di domani
di Giovanna Grasso

41

Judo La maratona dei cadetti, assegnati a Ostia i Tricolori U18
di Enzo de Denaro

47

VARIE

Judo Diario di viaggio: seminario a Salonicco di Giuseppe De Berardinis
di Enzo de Denaro

53

Medicina Micosi e cutanee e sport da combattimento
di Marco Petrucci

56

Inizio stagione scoppiettante per la nostra Federazione che con gli Azzurrini di Karate in trasferta in Turchia ha incassato ben sette medaglie Europee: emozioni e prospettive ci vengono raccontate da chi la gara l'ha vissuta dall'angolo del tatami. Grandi numeri per il diciottesimo compleanno del Trofeo Alpe Adria di Judo che si impone anno dopo anno come una competizione di sempre maggior livello. Quest'anno il trofeo è finito delle mani sicure dell' Azerbaijan, ma anche qui gli Azzurri si sono comportati più che egregiamente arrivando all'oro per 15 volte.

L'attività nazionale ha salutato gli Assoluti di Lotta e Karate. La Lotta, ancora frastornata dalle notizie marca CIO, ha incoronato i campioni dei tre stili in una due giorni molto affollata e spettacolare. Il Karate ha laureato i suoi Campioni nel kata abbinando la massima competizione nazionale al campionato juniores. E di juniores si parla anche per il Judo che ad Andria ha premiato i giovani campioni in una gara che ha sostanzialmente rispettato i pronostici. E ancora attività giovanile con i tricolori esordienti di Lotta e quelli di Judo dedicati ai cadetti.

Dopo tanto agonismo possiamo rilassarci leggendo l'esperienza di un judoka a "zonzò" per l'Europa, questa volta il maestro De Berardinis ci racconta della sua esperienza greca a Salonicco. E per finire ancora le importanti curiosità mediche di Marco Petrucci.

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.

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

Lo sport
non ti mette
al tappeto!



Ke aspetti...
muoviti!!!!



perfidamente buono

SPONSOR UFFICIALE



7 stelle "Azzurrine" nel cielo della Mezzaluna...



Positiva performance dell' Italia giovanile all' Europeo svoltosi a Konya (Turchia), anche se è mancato l' Oro. I commenti dei Tecnici della Commissione Nazionale Giovanile, che per il nuovo quadriennio si presenterà ampiamente rinnovata.

di Leandro Spadari - foto di Gennaro Talarico

7 Medaglie "di peso", 4 Argenti e 3 Bronzi, hanno coronato l'ultima impresa azzurrina – ed insieme l'ultima della Commissione Tecnica Giovanile, quale abbiamo conosciuto e visto all'opera nell'ultimo quadriennio – che ha avuto come teatro dall' 8 al 10 febbraio u.s. il Selcuklu Municipal Sport Hall di Konya, Turchia (città famosa anche per lo splendido mausoleo con la tomba del filosofo e mistico Gialal Al-Din Rumi, noto come Velana, carismatico fondatore dell'ordine dei famosi dervisci ruotanti), per lo svolgimento del 40° Campionato Europeo Cadetti, Juniores, 5° Under 21 di kata e kumite, individuale ed a squadre, maschile e femminile di kumite e kata.

Un risultato cui purtroppo ha fatto difetto il raggiungimento di almeno 1 medaglia d' Oro, risultato che avrebbe finito per riproiettare l' Italia tra le primissime posizioni nella classifica generale (come fu nel 2011, addirittura prima a livello continentale, e nel 2012, quarta). Risultato comunque che resta di spessore, e per il quale va attribuito un ultimo, doveroso plauso, a tutti i componenti della Commissione Nazionale Giovanile quale abbiamo conosciuto in questo trascorso quadriennio, che hanno avuto il grande merito, tra l'altro, di aver saputo impostare un lavoro di pianificazione e miglioramento continuo – che si è valso dei Seminari e del sistema di ranking federale – i cui frutti si sono indubbiamente visti tutti. Spetterà alla nuova Commissione, cui rivolgiamo sin d'ora i migliori auspici, partire da qui per una rinnovata stagione ricca di ogni successo. Ora cediamo la parola, come di prassi, ai Componenti della Commissione...

Maestro **Vito Simmi**, Presidente della Commissione Tecnica Giovanile:

"A Konya abbiamo trovato una temperatura abbastanza simile a quella mediamente di stagione italiana, freddo alla mattina ed alla sera (con punte sino a - 3° di notte), ma di giorno si stava abbastanza bene. Il palazzetto che ha



Emanuele Sarnataro medaglia d'argento under 21- kumite (78kg)



Mattia Busato argento under 21 - kata

ospitato l'evento era caratterizzato da una moderna architettura ed una notevole capienza, anche se la sala peso era al primo piano inferiore, l'area di gara al parterre, i posti a sedere al primo piano superiore, e quindi era un continuo scendere, salire, scendere... Per il mangiare, nel palazzetto era stato allestito uno spazio con un servizio ristoro a base soprattutto di riso e bevande zuccherate. Il discorso cam-

biava decisamente in meglio la sera, nell'hotel internazionale a 5 stelle, dove la cucina era più che all'altezza e dove disponevamo di stanze che erano vere suites. A questo Europeo hanno preso parte 44 nazioni, per un totale di 801 atleti in gara. L'Italia ha schierato 24 atleti, ma molte rappresentative superavano anche le 30 unità. Che dire, oggi per agguantare risultati di rilievo a questi appuntamenti ci si deve presentare più che preparati, sia fisicamente, sia psicologicamente, altrimenti non ci sono chance, anche perché le c.d. nazioni "cuscinetto" non esistono più. Anzi, chi era indietro ha fatto di tutto per aggiornarsi ed organizzarsi. Molti, grazie anche alle moderne opportunità tecnologiche, hanno chiaramente copiato il tipo di lavoro da noi portato avanti: c'è una sorta di rivoluzione totale, tutti dimostrano di lavorare bene, puntando su rapidità, tecniche di gamba e di proiezione. Arrivare ad una finale non è più una questione di fortuna! Non sono d'accordo con chi, in ragione dell'età, propone per questi ragazzi allenamenti "diversificati". Se non impostiamo da subito i programmi in un certo modo, gli atleti non si adatteranno mai allo sforzo ed alla tensione di gara, andranno incontro a cali fisici a tutto discapito del loro rendimento. Venendo a qualche commento sul kumite maschile, in particolare, non posso che esprimere un grandissimo rammarico per Francesco D'Onofrio, che al secondo turno, in un incontro che stava conducendo nettamente per 9-5, nei confronti dell' atleta russo Rodionov, a 10" dalla fine ha subito assieme all'avversario un' incredibile squalifica – che devo attribuire ad una buona dose di ingenuità e di mancanza di malizia – che gli ha precluso un Oro che già gli vedeva attorno al collo, Oro la cui mancanza in termini generali ha pregiudicato un piazzamento più adeguato per l'Italia. Emanuele Sarnataro è partito alla grande ed ha percorso un cammino travolgente, facendo soprattutto leva sulle sue tecniche di braccia, ma in finale ha avuto un improvviso cedimento psicologico nei confronti del turco Eltemur, mancando di un soffio (3-2) l'Oro. Pasquale Longobardi ha passato il primo turno, venendo squalificato al secondo per contatto: ma si è sicuramente trattato per lui di un'esperienza positiva, che frutterà per le altre volte. All'appello per una medaglia sono mancati

diversi atleti su cui avevo riposto legittime speranze, come Carrubba, Wirdis, Altamura, Crescenzo...Lascio questo incarico che ho avuto il piacere di ricoprire augurando ai membri della nuova Commissione un lungo percorso, arricchito da tante medaglie: soprattutto auspico che, amando questo sport, sappiano portare i nostri rappresentanti ai vertici internazionali. Vado via, ma ho la gratificazione che un altro Simmi, mio figlio Daniele, continuerà a seguire la Nazionale giovanile: un incarico di prestigio che egli onorerà sicuramente con tutto se stesso, nel migliore dei modi.

Avrei voluto un riconoscimento anche per l'altro mio figlio Nicola, che non meritava di meno: speriamo che in futuro le sue qualità possano trovare riconoscimento."

Maestro **Gennaro Talarico**, componente della Commissione Tecnica Giovanile: "Esprimo una grande soddisfazione per il Bronzo di Alessandra Hasani, una medaglia che le



Viola Lallo medaglia d'argento juniores- kumite (53kg)



Terryana D'Onofrio medaglia di bronzo juniores – kata

mancava dopo alcune esperienze positivamente maturate in ambito europeo e mondiale. Poteva essere una medaglia di colore ancor più pregiato, ma al momento ritengo che si possa accontentare. Note di merito anche per Chiara Zuanon, Bronzo, e Viola Lallo, Argento. Le ragazze in totale erano otto, e cinque sono entrate in zona medaglia, mentre due, Semeraro e Perfetto, si presentavano medagliate l'anno scorso. Bene anche Elisa Germano e Asya Staglioli, due atlete in grado di dare tanto. Auguro alla nuova Commissione di registrare un bilancio sempre positivo, e di poter ricalcare

il successo che l'Italia conseguì nel 2011 con il primo posto a livello continentale. L'esperienza che ho maturato personalmente mi è servita moltissimo, sono cresciuto anche quanto ad aspetti gestionali e programmatici con riferimento ad atleti di una fascia di età particolarmente delicata, dai 14 ai 21 anni. Un bel laboratorio. Ho ricevuto un grande affetto da parte degli atleti, e credo di aver dato molto. E' mancato almeno un Oro, che ci avrebbe fatto automaticamente assurgere tra le prime quattro nazioni continentali, ma le sette medaglie conquistate sono comunque medaglie "pesanti", che ci fanno rimanere allo stesso livello di nazioni come la Francia e la Spagna. Al termine del mandato, voglio rivolgere un grande plauso, oltre ai ragazzi che hanno dato tutto se stessi, alle società sportive ed alle famiglie, che si sono sobbarcate l'onere della partecipazione ai Seminari: senza questa disponibilità, tanti risultati non sarebbero stati possibili."

Maestro **Santo Torre**, componente della Commissione Tecnica Giovanile: "Avevamo sei atleti nel kata che complessivamente hanno portato a casa tre medaglie. Un risultato in termini assoluti sul quale, alla vigilia, senza esitazione avrei messo la firma. Ricordo che nel quadriennio 2005-2008 l'Italia giovanile, seguita da Roberta Sodero, conseguì 22 medaglie; nel quadriennio precedente furono 10; in quest'ultimo 14, ricomprendendovi le ultime 3 di Konya, anche se appartenenti al nuovo quadriennio. Francesco Zaccone non è andato oltre il primo

turno con l'avversario francese Lux, più che mai alla sua portata: Francesco non era certo da primo posto, ma da aspirare ad un posto sul podio, questo sì. Del resto per progredire, lo sottolineo, occorre partecipare a gare internazionali quali gli Open, ed in Sicilia si è penalizzati anche per motivi economici, una sede quale Roma è già da considerarsi "estero"... Samuel Stea dal canto suo ha disputato una gran bella competizione, dando prova di un'eccellente tenuta, venendo fermato in finale di poule, al 5° posto, per una bandierina in più a favore dell'avversario lo spagnolo Garcia Vargas. Non posso infine che valutare in maniera ottimale la performance di Mattia Busato per gli Under 21, che nell'attesissima finale con l'atleta turco Mehmet Yakan,



I medagliati Sarnataro Zuanon e Hasani con i maestri Simmi e Talarico



Silvia Sassano medaglia d'argento cadette kata

gankaku vs. suparinpei, ha dato il meglio di se ma non ha conquistato il titolo per un discutibilissimo 3-2. Qui mi permetto di dire che quando un atleta commette errori basilari, come sul riavvicinamento dei piedi, non può vincere un Europeo e gli arbitri che ne decretano la vittoria devono semplicemente...tornare a scuola! Si conclude così l'esperienza della nostra Commissione, la parola passa agli altri ed a loro non posso che augurare, rispetto a noi, almeno una maggior fortuna!"

Tiziana Costa, Collaboratore Commissione Tecnica: "Mi dichiaro soddisfatta della condotta di gara delle ragazze, hanno dovuto confrontarsi in un'unica poule con tutte le migliori: Gli obiettivi che ci eravamo posti sono stati raggiunti. Silvia

Sassano, la prima medaglia del team azzurro in terra turca, pur essendo una cadetta e quindi con tutti i possibili punti interrogativi del caso, forte comunque di un lavoro di anni, si è fidata delle indicazioni che le ho rivolto, ha saputo mantenere un buon atteggiamento, con la testa, per tutta la gara ed è arrivata a disputare una bella finale, in cui il suo pur validissimo unshu ha ceduto il passo al paiko dell'avversaria turca Deniz Atak. Michaela Di Desiderio ha superato la croata Kobale ma poi è stata battuta dalla fuoriclasse inglese Lucraft, laureatasi campionessa, perdendo ai recuperi con la slovacca Balciarova. Mi è piaciuta tantissimo Terryana D'Onofrio che, sconfitta al secondo turno dalla pluricampionessa europea Margarita Marata (chatanjara kushanku contro chatanjara kushanku), ha saputo rendersi protagonista assoluta di un ripescaggio che l'ha portata a conquistare un meritatissimo bronzo (suparimpei contro unshu della slovacca Oveckova), di cui al momento deve sapersi accontentare...Tra le nazioni che più mi hanno impressionata l'Inghilterra, che ha dimostrato di coniugare condizione fisica

e tecnica. La condizione fisica delle nostre è stata più che buona, altrimenti non avremmo potuto sopportare il carico di lavoro dei tanti kata di scena in un confronto europeo. Per i cadetti, in linea generale, con il nuovo regolamento, di shitei non se ne sono visti, tutti hanno dimostrato una grande preparazione nei kata superiori, nei kata di derivazione delle diverse scuole. Il nuovo regolamento ammette altri kata e noi dovremo in futuro lavorare in tale direzione."

Vincenzo D'Onofrio, Preparatore Atletico e Collaboratore della Commissione: "In estrema sintesi: due gli obiettivi fondamentali che mi ero posto, la salute degli atleti, il raggiungimento di risultati agonistici utili per la Federazione. E l'allenamento è stato impostato in funzione di tali obiettivi. L'atleta giovanile non è un senior, è in un'età in cui è soggetto ad una vera e propria tempesta ormonale e se i carichi di lavoro non vengono attentamente dosati si rischia di compromettere la sua stessa longevità agonistica. Se riflettiamo, salta subito agli occhi che si poteva fare di più, ma la formazione era rimaneggiata, non al completo, e gli atleti



Alesandra Hasani medaglia di bronzo under 21 - kumite (53kg)



Chiara Zuanon medaglia di bronzo under 21 - kumite (+60kg)

più in corsa per una medaglia hanno difettato non tanto di preparazione fisica/tecnica ma di lucidità psicologica, l'unica che avrebbe potuto fare una differenza, ovviamente in meglio. Del resto, si è trattato comunque di sette medaglie "pesanti", con il corredo di dati interessanti: ad esempio, tanto per citare solo due casi, l'altr'anno Emanuele Sarnataro non è arrivato sul podio, a Konya ha conseguito un brillante Argento; Chiara Zuanon ha conquistato un convincente Bronzo pur essendo tra le atlete più piccole della categoria Under 21...la prossima parola spetta ai Mondiali, un sincero in bocca al lupo alla nuova Commissione."

www.fightingpromotion.com

**ighting
promotion.com**



info > info@fightingpromotion.com

TV

www.fightingpromotion.com web tv

La prima Web TV italiana
delle arti marziali

On Line gli archivi storici

Tutte le settimane
una trasmissione
dedicata alle
arti da combattimento



TIME OUT SPORT LIVE



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

www.timeoutnetwork.com

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

All'Azerbaijan il 18° Alpe Adria, ma sono d'oro 15 atleti italiani



di Enzo de Denaro

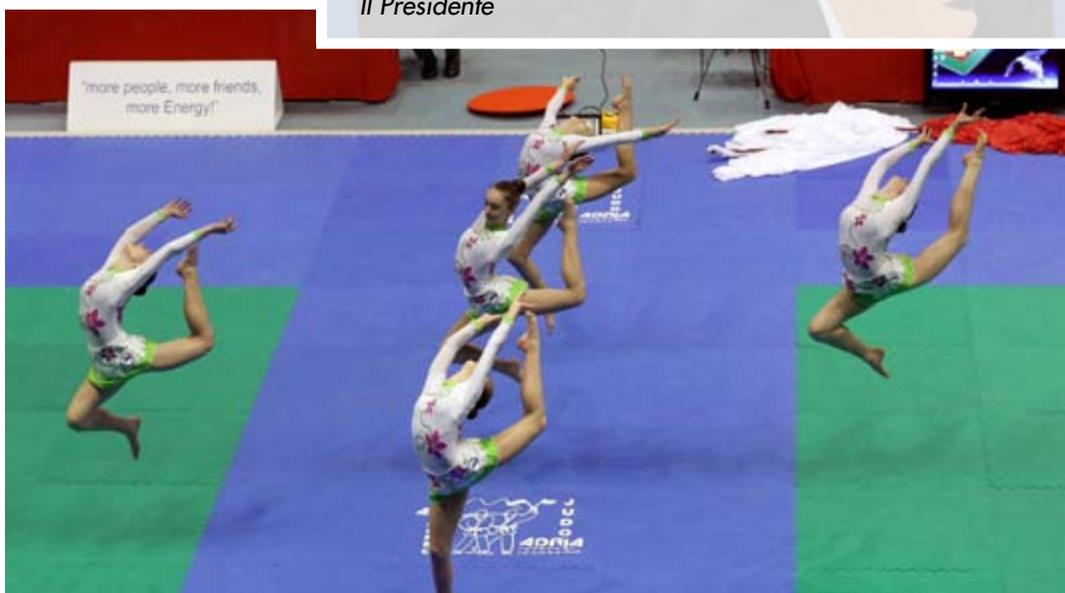
L'Azerbaijan si è aggiudicato il 18° Trofeo Alpe Adria. Ottocentocinquantanove gli atleti delle classi cadetti e juniores che hanno gareggiato nel Palagetur a Lignano Sabbiadoro in rappresentanza di 237 club e 13 nazioni e con tre primi, cinque secondi e un terzo posto la squadra azera si è lasciata alle spalle gli sloveni del Judo Bezigrad (4-1-4) e l'Akiyama Settimo Torinese (0-2-5). Positiva la prova degli atleti italiani, che con la gara a Lignano hanno guadagnato i primi punti utili per il Grand Prix 2013 sia cadetti che juniores, e sono stati quindici i primi posti ottenuti delle due giornate di gara, otto negli Under 21 per merito di Carmine Di Loreto (60), Raffaele D'Alessandro (81), Ciro Busto (100), Nicola Becchetti (+100), Greta Barisio (52), Fabiola Roma (57), Valeria Ferrari (78) e Eleonora Geri (+78), ed altri sette negli Under 18 con Cesare Zelli (46), Angelo Pantano (50), Arianna Galliani (40), Elisa Adrasti (44), Sofia Fiora (52), Giorgia Stangherlin (70) ed Eleonora Geri (+70). Alla manifestazione,

organizzata dal Dlf Yama Arashi Udine, hanno preso parte diverse autorità civili e sportive locali, i consiglieri federali Luigi Nasti, Gianni Strazzeri e Stefano Stefanel ed i tecnici federali Laura Di Toma, Pino Maddaloni, Raffaele Toniolo. Lo slogan della manifestazione, "More people more friends more energy" ha colto nel segno

dato che sono stati duemila gli atleti che sono saliti sui tatami nel Palagetur a Lignano Sabbiadoro nelle prime settimane di gennaio. Oltre mille quelli che hanno preso parte al 14° Judo Winter Camp, pochi meno di mille quelli che hanno gareggiato nel 18° Trofeo Alpe Adria.



Il Presidente



Non solo Judo per la cerimonia d'apertura

Tre settimane soltanto fra il primo evento che si è svolto dal 3 al 6 gennaio, dal secondo (26-28 gennaio). In questa sintesi numerica si raccoglie il senso delle manifestazioni organizzate dal Dlf Yama Arashi Udine, avviando il 2013 con due eventi in grado di coinvolgere campioni da 13 nazioni, che per uno stage è cifra rara, non pochi dei

quali sono saliti sul podio olimpico di Londra. E numerosissimi sono stati anche gli aspiranti campioni, quelli che hanno calcato il tatami per l'Alpe Adria, gara valida per il Grand Prix anche per Slovenia e Croazia. La diretta streaming, aggiornamenti periodici dei risultati sul web dedicato, l'attrezzatura e l'assistenza per il care-system a disposizione dei sei tatami, sono stati fra gli altri, alcuni dei servizi offerti dall'organizzazione del Dlf Yama Arashi che hanno riscontrato maggiori consensi e pubblici apprezzamenti. Il risultato qualitativo e numerico ottenuto è da attribuire al volontariato di centinaia di soci che sanno e vogliono fare squadra, condividendo il piacere di stare insieme. Ed è stato proprio a quei volontari, molti dei quali judoka praticanti nei corsi amatoriali, che è stato riservato uno spazio nella cerimonia di apertura del Trofeo Alpe Adria 2013, una passerella per gli 'amatori' del gruppo judo, in molti casi padri di atleti che qualche ora più tardi avrebbero lottato su quegli stessi tatami.

Il Guerriero



Preziosi i volontari al Care System



Preziosi i volontari al Care System



Le tre colonne del Club



*Gli allegri e indispensabili
Assistenti*

★★★★★
ANTICHE FONTI DI
COTTORELLA
acqua minerale naturale oligominerale
TERME

*pura
alla fonte*



*meno nitrati
0,72 mg/l*

FORNITORE UFFICIALE
FILKAM
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

Antiche Fonti di Cottorella spa, via di Fonte Cottorella 02100 - Rieti
TEL. 0746 27.16.40 FAX 0746 20.36.93 NUMERO RIPARTITO 848.840300
EMAIL info@cottorella.com WEB www.cottorella.com

Assoluti Greco romana: Minguzzi tiene banco



di Giovanna Grasso - foto di Martina Monopoli

L'aspettativa era grande e gli occhi erano puntati su di lui: il Campione Olimpico Andrea Minguzzi delle cui prospettive poco o nulla si sapeva. E invece è tornato, alla grande pure, a calcare i tappeti del PalaFILKAM per conquistare il nastro tricolore, quello che gli regala il titolo di Campione Italiano Assoluto per la decima volta. *"Sono felice perché il mio desiderio di avere questa medaglia al collo era difficile da realizzare - dichiara sorridente il neo campione Andrea - proprio per un nuovo problema al... collo! Ho dovuto fare delle infiltrazioni che mi hanno precluso l'allenamento; di fatto mi sono preparato alla gara solo nell'ultimo mese e ho avuto anche qualche difficoltà a raggiungere il peso. Però volevo riprendere a lottare e mi serviva questo stimolo, è un bel risultato di cui sono felice sia per me che per la mia squadra, le Fiamme Oro.*

"Oggi posso sciogliere le riserve sul mio futuro - prosegue Minguzzi - il Consiglio ha approvato la proposta mia e di Daigoro che ci porterà ad alternare periodi di allenamento qui a Ostia a periodi in cui ci alleneremo a casa. Il mio prossimo obiettivo è il Mondiale a settembre, ma valuterò con lo staff tecnico il mio grado di preparazione e le tappe intermedie di avvicinamento a Budapest."

Conferma per Minguzzi, quindi, e conferma dei "soliti noti" nella maggior parte delle categorie a partire da Daigoro Timoncini che non ha avuto problemi a raggiungere un gradino del podio che in patria è ancora tagliato su misura per lui. Altro Forestale che siamo abituati a vedere al vertice dei massimi è il catanese Rocco Daniele Ficara che, dall'alto dei suoi 31 anni, non ha ancora da impensierirsi. Alle Fiamme Oro altri due titoli oltre quello dell'olimpico Minguzzi: al veterano Tiziano Corriga in una categoria che non gli è familiare, i 74 chilogrammi, si affianca il giovane Lorenzo Gentile nei 60: sicuramente una delle promesse azzurre che già ha avuto modo di mettersi in mostra anche in campo internazionale accanto ai suoi colleghi più anziani. Un altro giovane volto è quello visto sul podio dei 66



Kg84 Parisi-Minguzzi



chilogrammi ed è di Davide Cascavilla, roveretano di origine e torinese di adozione che a vent'anni scarsi ha provato l'emozione di cingersi il collo con la medaglia d'oro assoluta. Tra i leggerissimi conferma per il barese Nicola Caradonna che ha avuto la meglio su un altro giovanissimo competitore, il reggino Ruben Marvice.

"Posso dire di aver assistito ad una gara di buon livello generale - commenta il neo Vicepresidente Federale Gianni Morsiani - con le tante conferme e qualche volto nuovo veramente interessante. Mi ha colpito la prestazione di Parisi che è approdato in finale contro il "mostro

sacro" Minguzzi. Eppure non si è lasciato intimorire, ha combattuto con convinzione arrivando anche a tentare di girarlo; la classe di Andrea l'ha arginato, riesce sempre a fargli tirar fuori qualche colpo risolutivo che sorprende e che vince. Comunque Parisi è un giovane da tenere d'occhio, sarà sicuramente un uomo del futuro.

"Sono contento per Andrea - prosegue Morsiani - perché è tornato con convinzione e con l'energia che gli sappiamo familiare. Ora che il Consiglio di Settore ha approvato il progetto che vedrà lui e Timoncini allenarsi anche alla CISA di Faenza, sono sicuro che avrà molte chance in più per tornare competitivo ai massimi livelli. Chiaramente per Andrea non si può programmare a lungo termine; ha subito molti infortuni e la sua condizione fisica va monitorata di continuo stabilendo tappe a breve termine. Diversa è la situazione di Daigoro per il quale sono previste tutte le tappe internazionali di avvicinamento ai Mondiali, Europei inclusi. Il "progetto Faenza" se così vogliamo chiamarlo, è interessante inoltre perché prevede che i due azzurri oltre ad allenarsi, collaborino a diverse attività che vedranno coinvolti i giovani, per esempio con il progetto Sport a Scuola. Questo darà loro l'opportunità di aumentare il loro impegno diversificandolo e allo stesso tempo sarà una grande leva per la promozione della nostra disciplina.

"Quanto al discorso Olimpiadi 2020 non lo ritengo chiu-

so - conclude Morsiani - sono allo studio delle contromisure a livello mondiale e sono fiducioso che il CIO rivedrà la sua posizione su questa "proposta indecente". Del resto se parliamo di Olimpiadi è un assurdo anche solo pensare di poter escludere uno dei suoi sport fondanti."



Kg55 Marvice-Caradonna

A margine degli Assoluti: l'opinione del DT Nino Caudullo

di GG

Abbiamo assistito a tre Campionati dove non ci sono state sostanziali novità. Nella maggior parte dei casi abbiamo avuto delle conferme, soprattutto nel caso degli atleti e delle atlete che hanno partecipato alla qualificazione olimpica nello scorso quadriennio. Si sono messi in mostra degli juniores interessanti, che già si erano fatti notare da cadetti: per esempio Riccardo Abbrescia nella greco romana, Carcea, Aron Caneva e Marco Azzarello nello stile libero. Per quanto riguarda la femminile continua a confermare la sua predominanza Dalma Caneva nei 72 chilogrammi, ma mi sono piaciute molto ed hanno fatto un'ottima gara anche Assunta Persico e Carola Rainero.

Legato ai risultati di questo campionato c'è l'inserimento del tecnico cubano Filiberto Delgado nello staff nazionale. C'è subito stata una grande sintonia sia con gli atleti che con gli altri tecnici dello stile libero e femminile, Michele Liuzzi e Giovanni Schillaci; con questi ultimi il rapporto di amicizia dura negli anni, la stima è reciproca prima come atleti poi come tecnici. Nell'ambito della greco romana c'è stata la conferma di Peppe Giunta e Mario Olivera nella squadra tecnica, una squadra ben roduta.

Su queste basi inizierà il nuovo quadriennio che avrà come primo step gli Europei di Tbilisi a fine marzo, poi una serie di raduni tecnici in Europa con varie nazionali avendo come obiettivo del primo semestre i Giochi del Mediterraneo.

La nostra attenzione è indirizzata anche al recupero di Andrea Minguzzi, che in questa occasione ha fatto molto bene nonostante nuovi problemi al collo. Il progetto che lo vedrà allenarsi a Faenza insieme a Timoncini, oltre che qui a Ostia, è molto interessante ed è un progetto al quale credo fortemente. Potranno mettere a frutto la tranquillità del clima di casa per ottimizzare e potenziare una tipologia di lavoro molto mirato che li porterà ai rispettivi impegni agonistici. Ovviamente saranno coinvolti anche i tecnici dello staff nazionale e ci sarà lo sguardo vigile del vicepresidente Gianni Morsiani a controllare che tutto vada secondo i programmi.

ATTIVITÀ NAZIONALE

Kg55 Marvice-Caradonna (29)



Kg60 Sangiorgi-Gentile



Kg66 Circottola-Cascavilla

Kg66 Circottola-Cascavilla

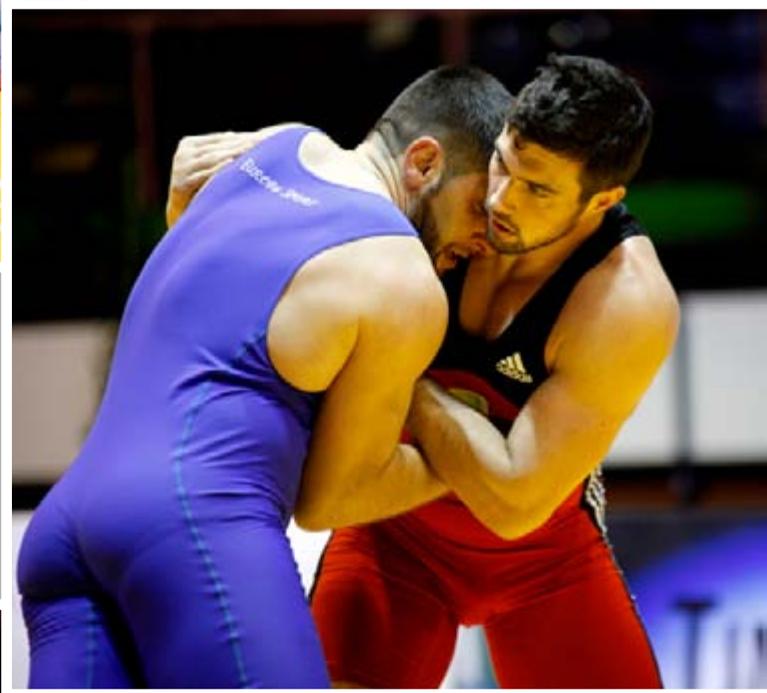


Kg74 Corrigan-Russo





Kg96 Timoncini-Cecca



Kg120 Benfatto-Ficara



Kg120 Benfatto-Ficara

La Premiazione delle Società



Il podio dei Kg.55GR



Il podio dei Kg.60GR



Il podio dei Kg.66GR



Il podio dei Kg.74 GR

Il podio dei Kg.84GR



Il podio dei Kg.96GR



Il podio dei Kg.120GR

Campioni Italiani Assoluti greco romana 2013

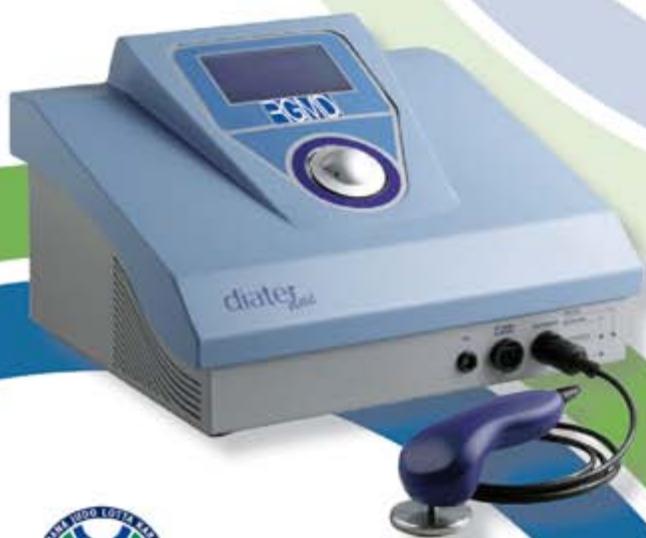
- kg. 55 Nicola Caradonna - Angiulli Bari
- kg. 60 Lorenzo Gentile - Fiamme Oro
- kg. 66 Davide Cascavilla - CUS Torino
- kg. 74 Tiziano Corrigha - Fiamme Oro
- kg. 84 Andrea Minguzzi - Fiamme Oro
- kg. 96 Daigoro Timoncini - GS Forestale
- kg. 120 Rocco Daniele Ficara - GS Forestale

Classifica delle Società

- 1° Fiamme Oro Roma p. 73
- 2° CUS Catania p. 36
- 3° CUS Torino p. 32
- 4° Club Atletico Faenza p. 28
- 5° Angiulli Bari p. 26
- 6° GS Forestale p. 20



RGMD **SPONSOR VINCENTE** PER I CAMPIONI DI OGGI E DI DOMANI



sponsor tecnico-scientifico

Una gamma vincente di dispositivi per seguire gli atleti dalla prima fase di valutazione di idoneità sportiva all'allenamento e al mantenimento, dal recupero post traumatico alla completa riabilitazione.



RGMD SPA,
Via Rolla 13/13 - 16162
Genova - Italia
Tel. 010 8594420
Fax. 010 8601304
info@rgmd.it
www.rgmd.it



Assoluti di Kata: anno zero



di Daniele Poto - foto di Emanuele Di Feliciano

Sono stati i campionati dell'anno zero quelli di kata organizzati in avvio di stagione dal Comitato Regionale Laziale del karate e proprio nella stagione che vede un radicale rinnovamento nella squadra azzurra con l'abdicazione, volontaria peraltro, del leggendario dream team trainato da Luca Valdesi e innervato sulla personalità di Lucio Maurino (con Sole e Valdesi ora in squadra Fiamme Gialle e anche allenatore della juniores) e Vincenzo Figuccio (ora preparatore atletico della nazionale e dei Carabinieri). I successi del trio (uno e trino appunto in chiave mondiale ed europea) andranno ora visti dall'altra parte della barricata visti i diversi e sostanziali ruoli tecnici che i tre soggetti vanno a ricoprire nell'organigramma azzurro ma ancora qualche fiammata è lecito attendercela nel 2013, anno della staffa. In chiave continentale (ma solo individuale) per un Valdesi ancora pienamente competitivo, con puntate anche societarie per gli altri. Imperativo categorico ricostruire una squadra che ha dominato il mondo (o quasi) per tre lustri. Il forfait dunque è di quelli

che creano un vuoto pneumatico, almeno tra i patri confini, e per questo il direttore tecnico Pierluigi Aschieri attendeva con particolare interesse la doppia tornata juniores-assoluto, conscio di assistere peraltro per un buon 75% a una gara in carta carbone. Infatti con quella percentuale plebiscitaria gli atleti più giovani si sono cimentati anche nella giornata conclusiva dopo le fatiche d'avvio. E con la spiegazione di partenza si torna a bomba. Valdesi e & con i propri successi hanno provocato un salto di generazione. A parte Luca Brancaleon e poco altro gli altri atleti maturi hanno visto chiudersi un portone per la partecipazione alle grandi manifestazioni rinunciando anzitempo al



Finale seniores Battaglia-Bottaro



confronto. Semmai ora c'è da motivare la truppa con un altro slogan. I ragazzi del 1993 all'altezza dei Giochi del 2020 avranno 27 anni: un'età pressoché ideale per una specialista del kata. Chi vivrà vedrà. Ecco perché la rassegna di kata 2013 proponeva picchi di pari interesse per gli osservatori tra juniores e assoluti vista l'omogeneità delle due campionature.

Per il vice-presidente federale Sergio Donati la manifestazione "è stata all'altezza della grande tradizione italiana del kata, considerata un interessante laboratorio internazionale. Il tasso degli juniores è stato considerevolmente alto anche valutato a livello internazionale. Siamo all'inizio del quadriennio, abbiamo una squadra nuova e questo primo appuntamento ci doveva già dare probanti indicazioni per il lavoro di impostazione dell'intero anno e forse del

quadriennio, visto il clima di rinnovamento, né più né meno se avessimo disputato l'Olimpiade. E' una ripartenza che ci motiva. Lo stimolo dei Giochi sicuramente è stimolante per tutto il movimento e soprattutto per i più giovani. E' un primo appuntamento che non si può sbagliare. Diciamo che, anagraficamente, dai sedicenni in avanti tutti i soggetti competitivi sono nel mirino dell'attenzione. Dobbiamo fare un lavoro accurato e importante che ci deve dare nuovo sprint e nuova linfa vitale".

In fase d'iscrizione grandi numero con macchie d'assenza al sud, con le isole per ben rappresentate dalla Sicilia. Buon climax agonistico con particolare concentrazione d'interesse per le finali. Ogni tanto un vivace abbaio (chissà perché, c'era un cane ospite) sottolineava le tecniche più riuscite.

Intanto a livello juniores due grandi equilibrate tonnare in tabellone con due finali regionali: veneta tra gli uomini e tutta siciliana tra le donne. Man mano che si è proceduto coi turni, dal quart'ultimo alla finale, i verdetti si sono fatti sempre più equilibrati evitando i più facili monocolori d'avvio. Osservatrice interessata l'allenatrice di settore Roberta Soderò. "Non farò nomi ma nella competizioni juniores, sia maschile che femminile, ci sono 5-6 nomi che spiccano sugli altri. Sono già seguiti dalle squadre nazionali e la differenza si vede. Nel mio settore la differenza tra le più grandi e le più giovani si sente ancora". Luca Valdesi

da una parte prenota la "solita" medaglia continentale, dall'altra deve ancora metabolizzare la novità del gradito nuovo incarico. "Siamo rimasti indietro con le seconde linee. Vedremo di ricreare la squadra e cercheremo di farlo nel più breve tempo possibile".

Mattia Busato, mestrino normolineo di 1.70, ha mantenuto la consueta esplosività fino alla finale-derby vinta senza troppi patemi contro il ben noto corregionale rodigino Marco Pasetto. "Ho vinto una sfida difficile. Venivo da un infortunio a dicembre e il recupero è stato tempestivo anche se ha creato qualche dubbio. Ero in vantaggio negli



Finale seniors Brancalèon-Busato

scontri diretti con Pasetto, però è sempre dura batterlo, non avevo certezze. Il mio punto di forza è la potenza anche se avrei bisogno di leve più lunghe per esprimerla tutta. Sono al primo anno di infermieristica e per il resto il mio tempo è quasi tutto risucchiato dal karate. In passato ho provato nuoto e basket, ma senza brillare. Recentemente sto provando a suonare la chitarra. Sono all'ultimo anno juniores. Il ritiro dei grandi campioni è un'occasione non indifferente da sfruttare a tutti i costi. Ho l'età giusta per venire fuori visto che sto lavorando bene. Per il 2020 sarei in età quasi perfetta per il kata olimpico. 27 anni può essere l'acme soprattutto in quanto a maturità psicologica. E' un sogno".

In campo femminile la nuova stella è Chiara Masnata da Alcamo, terra di poeti e di vino. In finale manda ko con chiarezza la siracu-

ATTIVITÀ NAZIONALE

sana Federica Cavallaro che ci è sembrata piuttosto provata dalla durezza dei turni precedenti. "Primo titolo ed era da tanto che aspettavo questo momento- dichiara la Masnata- Sono iscritta all'università di Palermo e il karate ha una considerevole importanza nella mia vita". La battuta invece: "Se non altro abbiamo tenuto in alto il nome della Sicilia. Ho pagato la tensione della finale ma a livello fisico e psicologico penso di aver tenuto. Gli scontri tra di noi sono sempre equilibrati. Questa volta è andata male". Nella giornata conclusiva la manifestazione ha fatto i conti anche con la carica di 12.000 podisti che hanno invaso la Cristoforo Colombo nel segno della Maratonina Roma-Ostia, un disagio in più per il pubblico per del Palafijlkam, peraltro composto in gran parte da addetti ai lavori in loco. Mattia Busato, nonostante i laboriosi straordinari del giorno precedente ha saputo ripetersi, perlomeno fino alla soglia della finale dove è stato stoppato dalle mature ambizioni di Luca Brancaleon, finalmente all'occasione carriera. In campo assoluto femminile si è giocata la finale prevista tra le due big Bottaro e Battaglia con la parziale sorpresa dell'affermazione della prima mentre la terza azzurra Pezzetti condivideva il bronzo con la Di Desiderio. Qui la Masnata, protagonista della prima giornata doveva misurare con un piazzamento inferiore il gap che le separa ancora, per difetto di maturità dalle titolari in carica. Brancaleon si godeva la soddisfazione della conquista. "Sudato ma meritato il mio titolo. Ora ho uno stimolo in più dopo il ritiro dei grandi. Spero nella convocazione individuale. Mi sento un giovincello, nonostante i 31 anni sul groppone sento che la mia carriera può essere ancora molto lunga. Con Busato è stata la virtuale rivincita dell'anno scorso, quando avevo perso 6-4. E il traguardo è stato centrato". Il direttore tecnico Aschieri ha visto confermati i valori della specialità. "Questioni di sfumature hanno portato al titolo la Bottaro. I giudici sono rimasti impressionati dalla sua solarità. I nomi noti sono stati anche i nomi vincenti. Busato ha pagato l'errore finale che prevedeva un rischio importante". La Bottaro invece: E' stato duro come sempre. Atleticamente ho tenuto e ho mantenuto i rapporti di forza con la Battaglia. Sono puntuale all'appuntamento con la medaglia ormai da 11 anni". Tra le squadre in campo maschile affermazione dell'Esercito tallonato dalla Top Line 2 di Napoli e dal club di Castelfranco Veneto. Tra le donne successo del Cska Genova davanti a Fiamme Oro e Arezzo.



Finale juniores Masnata-Cavallaro





Finale juniores Busato-Pasetto



Luca Valdesi nella sua nuova veste di tecnico



Il Podio Seniores Femminile



Il Podio Seniores Maschile

Assoluti stile libero e femminile: con la Lotta nel cuore



di Giovanna Grasso - foto di Emanuele Di Feliciano

È stata lunga la domenica della lotta, una domenica che ha visto un PalaFJKAM estremamente affollato di atleti e atlete che puntavano al grande obiettivo della medaglia tricolore di campione assoluto. Al massimo campionato maschile stile libero si è affiancata la corrispondente gara femminile che, al contrario, non riesce a raggiungere un incremento nella partecipazione tale da assumere vita a sé. Parliamo di grandi numeri: 390 Atleti e 43 Società in lizza per il gradino alto del podio. A onor del vero una certa influenza sui numeri l'ha avuta anche la concomitanza di date e sede degli Assoluti greco romana: si può dire che non tutte le categorie hanno ospitato incontri di puro stile libero, ma il colpo d'occhio è stato comunque appagato.

La gara femminile ha premiato la squadra del CUS Torino, che ha riportato anche sul podio dei 59 chilogrammi l'italo-francese Dominique Piva Maité, fino a pochi anni fa presenza fissa del Centro Olimpico e della nazionale. Dominique ha affrontato la gara con energia ed esperienza e ha avuto facile il percorso che l'ha portata all'oro. In finale ha battuto agevolmente la roveretana Sara Da Col, che sembra aver lottato un po' sotto le sue potenzialità. Nelle categorie più leggere, i 48 chilogrammi, nuova conferma per Silvia Felice al termine di un girone all'italiana che

ha messo in mostra anche la bravura della giovane Assunta Persico. Più popolate le categorie centrali: nei 51 chilogrammi, la categoria più affollata, ancora un podio per le Fiamme Oro con Francesca Mori. L'atleta cremisi ha confermato la sua leadership conducendo la sua gara con sicurezza e battendo in finale Alessandra Asinari del CUS Torino. Nei 55 ancora una conferma per Valentina Minguzzi che ha è facilmente imposto la sua maggiore

esperienza sulle avversarie. Emozioni dal passato dalla categoria 63 chilogrammi grazie all'inaspettato ritorno di Sabrina Esposito. La campionessa, nonostante gli infortuni che l'hanno tenuta lontano dall'agonismo a lungo, non ha resistito al richiamo del tappeto e ha scelto di con-



Kg55 Alampi-Azzarello



Kg60 Tchoursine-Tagliavia

cedersi un'ulteriore campionato prima di iniziare a rendere attivo il suo nuovo ruolo di Collaboratrice nella Commissione Nazionale Attività Giovanile.

Le Finali maschili

ATTIVITÀ NAZIONALE

Buona la sua gara anche se non con lo smalto di qualche hanno fa, ha soprattutto comunicato al pubblico il suo grande amore per questo sport. Brava la giovane Carola Rainero che l'ha affrontata senza timidezza e ha dato spettacolo in finale andando a concludere per schiena sulla sua esperta collega. Poca storia nelle categorie più pesanti: Maria Diana nei 69 chilogrammi e Dalma Caneva nei 72 non hanno avuto difficoltà a riconfermare la leadership. *"La gara femminile ha rispettato i pronostici - commenta il Consigliere federale Franco Sorbello - perché ci sono state le conferme delle titolari. Qualche giovane si è messa in mostra con una buona lotta e questo è positivo perché dobbiamo far crescere le nuove leve.*

"Per quanto riguarda lo stile libero - prosegue Sorbello - la gara è stata di buon livello e con tanti partecipanti. Mi ha fatto particolarmente soffrire la prestazione di Salvatore Manino nei 55 chilogrammi, un giovane di gran talento cresciuto nella mia palestra che non è riuscito ad arrivare al risultato che meritava. Ha sofferto molto questa gara dal punto di vista emotivo, ma so che ha le risorse per reagire. Mi sono molto piaciute le categorie leggere che trovo estremamente vitali, sono popolate di atleti giovani che hanno un grande margine di crescita. Sono pronti per il ricambio nella nazionale e a portare avanti i nostri colori nel mondo. Tornando ai 55 la finale

tra Alampi e Azzarello è stata molto bella anche tecnicamente. Sono atleti molto giovani che mostrano indubbio talento. Azzarello ha già fatto parlare bene di sé con un quinto posto ai mondiali cadetti nel 2011 e anche se questa volta non ha avuto la meglio sul bravo Alampi sono sicuro che ci farà ancora parlare di lui. Il vincitore della 60 chilogrammi è un ragazzo che non conosco, Tchoursine, ma ha mostrato molto talento in un incontro contro il genovese Tagliavia che non gli ha reso le cose semplici.



Kg66 Costa-Campagna



Kg74 Sorbello-Lumia



Kg84 Purpura-Fasugba

"Anche la finale dei 66 chilogrammi mi ha preso molto. La maggiore esperienza e la sorprendente elasticità di Campagna hanno avuto la meglio su Angelo Costa, ma il ragaz-

Le Finali maschili

zo è indubbiamente il futuro titolare della categoria. Dei 74 chilogrammi non dovrei parlare visto che il vincitore è mio figlio. Inutile dire dell'emozione che mi suscita, anche se devo avere il distacco dovuto al ruolo, vedere combattere i miei figli. Sono felice del risultato anche perché Carmelo Lumia è un atleta di tutto rispetto. Negli 84 chilogrammi ennesima riconferma di Fasugba, i giovani che escono fuori sono bravi, ma ancora non ce la fanno a sostituirlo sul podio. Nei 96 il siciliano Trapani ha mostrato una bella lotta di buona scuola e ha giustamente vinto su Crisanti. Della massima categoria



Kg96 Trapani-Crisanti

posso dire che forse si è vista tanta greco romana, anche se non mi disturba questo fatto. Penso che vada bene che se ci sono categorie vuote ci siano atleti della greco romana che si mettono in gioco. Praticare entrambi gli stili significa aumentare il proprio bagaglio di esperienza e cultura tecnica



Kg120 Scibilia-Ventroni

e i ragazzi che praticano sia stile libero che greco romana hanno della preziosa esperienza in più. Quindi i miei complimenti a tutti e a Ventroni che alla fine ha prevalso."

Infine a margine del campionato un pensiero va alla difficile situazione che la disciplina sta attraversando a livello internazionale, con la proposta del CIO di escluderla dal programma olimpico a partire dal 2020: "pensare di escludere la lotta dalle Olimpiadi senza appello è un'assurdità - conclude Sorbello - sono fiducioso che se riusciremo a rimodulare e a ridurre la nostra presenza si potrà avere una conclusione positiva. Voglio sperare che questa proposta si stia un'indicazione da parte del CIO della necessità di affrontare in fretta i cambiamenti che non possono più essere rimandati. Sono ottimista. Il risvolto positivo di tutta questa faccenda è che si è parlato e molto della lotta, con enfasi, slancio e molta preparazione. L'affetto che è stato mostrato nei confronti della nostra disciplina è grande: nell'immaginario collettivo la lotta è parte fondante delle Olimpiadi e le Olimpiadi non hanno senso senza la lotta."



Kg48 Felice-Persico



Kg51 Mori-Asinari



Kg55 Minguzzi-Indelicato



Kg59 Piva-Dacol

Le Finali femminili

Kg63 Rainero-Esposito



Kg67 Diana-Crucitti



Kg72 Caneva-Piano



Le Finali femminili



Fiamme Oro in testa alla classifica stile libero



Il CUS Torino festeggia il primo posto nella classifica femminile

Campionesse Italiane Assolute 2013

- kg. 48 Silvia Felice - Fiamme Oro
- kg. 55 Valentina Minguzzi - Fiamme Azzurre
- kg. 51 Francesca Mori - Fiamme Oro
- kg. 59 Dominique Piva Maité - CUS Torino
- kg. 62 Carola Rainero - Pol. Mandraccio
- kg. 67 Maria Diana - Fiamme Oro
- kg. 72 Dalma Caneva - CS Esercito

Classifica per Società Lotta Femminile

1. CUS Torino p. 42
2. Fiamme Oro p. 30
3. Ilva Bagnoli p. 20
4. Angiulli Bari p. 12
5. Lotta Brescia p. 12
6. Pol. Mandraccio p. 1

Campioni Assoluti stile libero 2013

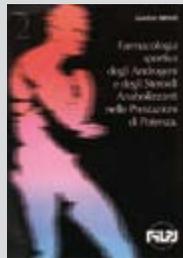
- kg. 55 Emanuele Alampi - SG Fortitudo Reggio Calabria
- kg. 60 Dmitri Tchoursine - Navy Junior
- kg. 66 Raimondo Campagna - CS Esercito
- kg. 74 Andrea Sorbello - CS Esercito
- kg. 84 Anthony J. Fasugba - Fiamme Oro
- kg. 96 Stefano Trapani - GS Lotta Termini Imerese
- kg. 120 Beniamino Scibilia - Fiamme Oro

Classifica per Società Lotta stile libero

1. Fiamme Oro p. 57
2. GSL Termini Imerese p. 30
3. Club Atletico Faenza p. 23
4. CS Esercito p. 20
5. SG Fortitudo Reggio Calabria p. 20
6. CUS Torino p. 19 0



1. DOPING MEGLIO EX ATLETA CHE UOMO di Giovanni Notari-cola - 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



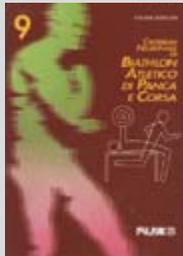
6. BIOMECCANICA DEGLI SPORT DI COMBATTIMENTO di Attilio Sacripanti - Pag. 96 (esaurito)



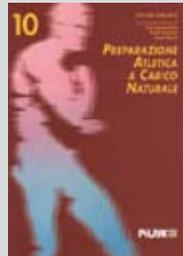
7. BIOMECCANICA DELLA PESISTICA MODERNA di Renzo Pozzo, Attilio Sacripanti ed Ernesto Zanetti Pag. 112



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



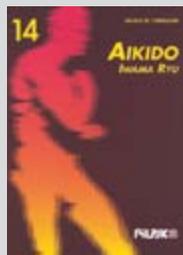
11. ALIMENTAZIONE E SPORT di Michelangelo Giampietro, Giuseppina Gagliardi e Stelvio Berardo - Pag. 127



12. LE ASSOCIAZIONI SPORTIVE DILETTANTISTICHE (esaurito)



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



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



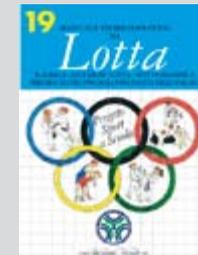
15. GUIDA ALL'ATTIVITÀ DIDATTICA Scuola Nazionale FIJLKAM (2ª edizione) - Pag. 45 (esaurito)



17. FIJLKAM 1953-1980



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



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



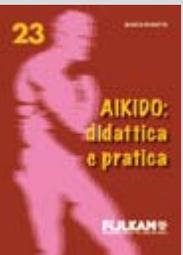
20. Manuale teorico-pratico di Judo - Scuola elementare e media di primo e secondo grado di Nicola Moraci



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



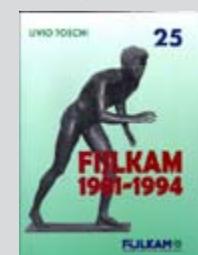
22. 101 anni di medaglie 1906 - 2007 di Livio Toschi Pag. 112



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



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



25. FIJLKAM 1981 - 1994 di Livio Toschi Pag. 271



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 56434801
Via dei Sandolini, 79 - 00122 Ostia Lido RM

Campionati Juniores 2013



di *Andrea Sozzi*

Andria ha ospitato un Campionato Junior privo di vere sorprese e che sostanzialmente ha rispettato i valori attesi, ma -come si dice- "niente nuove buone nuove".

Gara divertente -soprattutto nei pesi leggeri- e veloce, ambientata in un bellissimo scenario: davvero impeccabile l'organizzazione della squadra ospite, la Virtus Andria, del tecnico Ruggiero Fortunato, coadiuvata dalla amministrazione locale e dalla Fijlkam Puglia.

Né le coincidenti elezioni politiche, né il maltempo sono riusciti ad allontanare dalla Puglia i judoka e gli appassionati: l'Italia del judo si è trovata, l'indomani del primo Consiglio di Settore del quadriennio, intorno ai tatami pugliesi, scambiandosi sottovoce indiscrezioni e pareri sui nuovi quadri tecnici e politici nazionali. Complimenti per la nomina -ancora ufficiosa- ad allenatore sono arrivati a Giuseppe Maddaloni -testimonial Admo per l'evento- che ha seguito con attenzione la gara dagli spalti.

L'Akiyama Settimo di Massimo e Pierangelo Toniolo -che abbinano quantità a qualità- è "über alles" sia nei maschi che nelle femmine, ma è tallonato nei maschi dalla scuola napoletana di Raffaele Parlati, che con soli quattro atleti ha raggiunto tre medaglie (due titoli). Subito dietro, gli altri torinesi del Centro Ginnastico, mentre, in campo femminile, dietro all'Akiyama troviamo il Banzai Cortina, che vince il titolo con Ilaria Silveri (-70 kg.) e le Fiamme Gialle, che calano i due "assi" e vincono l'oro con Valeria Ferrari (-78 kg.) e Marta Rainero (-48 kg.).

La nuova composizione della classe Juniores, che da quest'anno è "Under 21", ha allungato a quattro gli anni di permanenza nella classe per chi era già Junior lo scorso anno. Nessuna rivoluzione, come si è detto, nella sostanza, ma registriamo molti piccoli spostamenti al vertice, segno di un settore giovanile molto vitale e dinamico. Interessante, soprattutto in campo femminile, l'azione dirompente degli U18 cintura nera che hanno partecipato al campionato junior: sono state dieci le "cadette" che sono arrivate sul podio e tre di queste (Annarita Campese nei -44 kg., Alessandra Prosdocimo nei -63 kg., Elisa Geri nei +78 kg.) hanno addirittura vinto l'oro. In campo maschile gli U18 raccolgono sei podi, tra cui i due titoli del siciliano Angelo Pantano (Airon judo 90) nei -55 kg. e di Alessandro Graziano (Team Romagna) nei + 100 kg.

Vediamo con ordine la gara maschile. Nei -55 kg, Pantano, che aveva vinto il titolo U18 nei -50 kg. due settimane prima, ha tratto vantaggio dall'assenza per infortunio del compagno di squadra Elios Manzi ed ha vinto nettamente. Nei -60 kg. registriamo la prova fantasiosa di Fabio



Kg+78 Sala-Geri



Kg48 Rainero-Romano

Basile, che ha vinto grazie alla creatività e ad un ritmo sempre troppo alto per tutti, superando gli avversari di sempre, Carmine Di Loreto (Nippon Napoli) e Angelo Lanzafame (Titania Catania). Nei -66 kg. vittoria di Davide Faraldo (Ginnic Caserta), che rimonta in finale il wazari di Matteo Piras (era stato dato ippon, poi cambiato giustamente al care-system) inchiodando a terra il torinese di Settimo. Bella vittoria anche di Antonio Esposito (Nippon), che prende le misure a Gabriele Melegari (Ksdk Parma), apparso comunque in ottima forma. Riesce finalmente a vincere il titolo Raffaele D'Alessandro (Nippon),

che nei -81 kg. vanta due argenti e che lo scorso anno era scivolato al quinto posto: oggi il napoletano è parso superiore a tutti. Nei -90 kg. il campione uscente Diego Frustaci (Banzai Cortina) subisce ippon a terra da Nicholas Mungai (Akiyama). Nei -100 kg è Ciro Busto (Forza e Costanza), con un ippon di harai-goshi su Antonio Scialla (New Olimpo Caserta) a riprendersi il titolo junior che aveva già conquistato nel 2011. Nei massimi, come si è detto, l'oro è andato al romagnolo Alessandro Graziano (Team Romagna), già argento nei cadetti a Ostia, ad inizio febbraio.

Tra le giovani donne, come si è detto, tre cadette hanno conquistato il titolo: nei -44 troviamo Annarita Campese (New Olympic Torre del Greco), che arrivava da un quinto posto nei cadetti; nei -63 Alessandra Prosdocimo (Judo Vittorio Veneto), anche lei quinta ad Ostia. Infine, Elisa Geri (Judo Incisa), ha fatto il bis, nei pesi massimi, con il titolo U18 appena conquistato, dimostrando un judo sostanzioso e convincente.

Delle altre categorie in parte si è già detto: nei -48 kg. Marta Rainero (Fiamme Gialle) si è mostrata molto superiore e il discorso si potrebbe estendere alla sua compagna di squadra dei -78 kg., Valeria Ferrari. Vittoria attesa anche per Odette Giuffrida (Esercito), che sembra essersi assestata a -52 kg. Scontri più equilibrati nei -57 kg, dove ha prevalso meritatamente Fabiola Roma (Kyai Ostuni), che l'ha spuntata nel girone contro Maria Centracchio (Champion Sport Team), mentre Greta Poser era fuori dalla finale per un ingenuo hansoku-make subito al primo incontro. Nei -70 kg. vittoria di Silveri (Banzai Cortina), che batte prima Giuseppina Macri (Milone Crotone) e in finale l'atleta dell'Akiyama Ilaria Peirano.

In attesa del nuvo regolamento arbitrale, già effettivo all'estero, si sono inaspriti i giudizi arbitrali sulle prese al pantalone e sono aumentanti gli incontri conclusi per squalifica. Pochissimi sono stati i golden score e nessuno si è protratto a lungo.

Per quanto riguarda il care-system, l'utilizzo appare più ordinato rispetto al passato e non vi sono state polemiche. Piace al pubblico –meno ai tecnici– la norma che impone al coach (e ai tesserati) di non parlare durante l'incontro (possono farlo solo nelle pause del matto): a detta di molti sono in aumento la suspance e la concentrazione all'interno nel palazzetto. Qualche volta, dobbiamo dirlo, i tifosi a bordo tatami non si rassegnano e



Kg55 Piredda-Pantano



Kg52 Giuffrida-Pidroni

cercano comunque di condizionare l'incontro, ma sono puntualmente redarguiti dall'arbitro e segnalati al servizio d'ordine, che ad Andria era particolarmente efficiente.

In chiusura, una nota su cui riflettere: sono moltissimi gli incontri terminati con la sconfitta per una sola sanzione, che –secondo la normativa al momento in vigore– consegna la vittoria immediata alla fine del tempo regolamentare. Sembra che questa norma suggerisca all'atleta di badare, almeno nella fase finale dell'incontro, ancora di



Kg57 Roma-Iamundo

ATTIVITÀ NAZIONALE

più alla tattica, anziché al judo. Questa è l'impressione a caldo, ma probabilmente i dati sulle nuove regole sono troppo scarsi per fare qualunque considerazione. Attendiamo dunque con fiducia l'assetto definitivo del judo sportivo: i nostri giovani sono pronti.



Kg63 Prosdocimo-Paissoni



Kg60 Basile-Lanzafame



La premiazione dei +100Kg



Kg66 Faraldo-Piras



Il Podio dei 48Kg

Kg70 Silveri-Peirano



Kg73 Esposito-Melegari

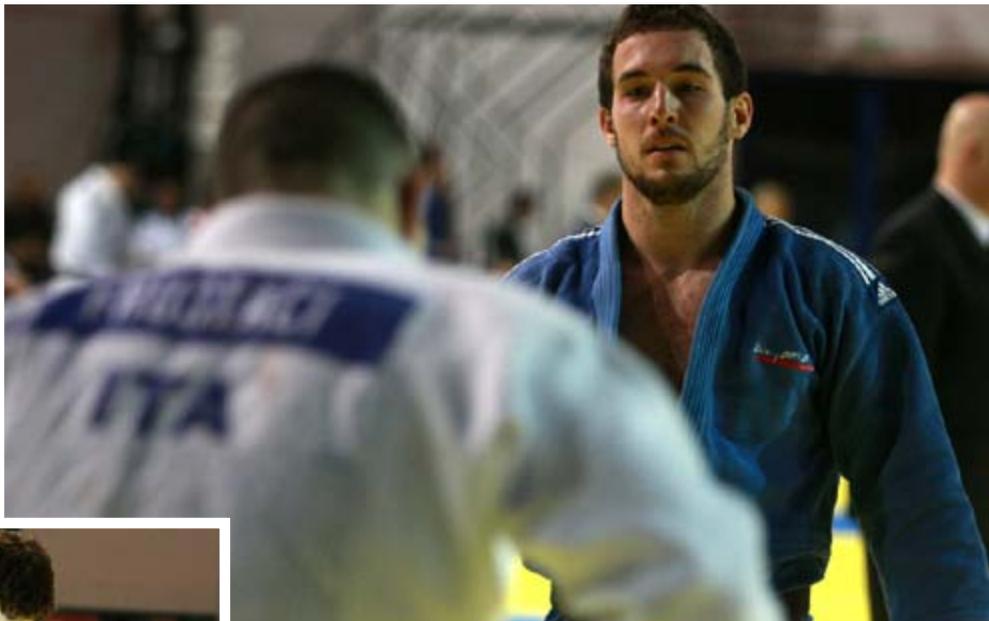
Kg-78 Zuliani-Ferrari





I premiati della categoria 90Kg

Kg90 Frustaci-Mungai



Kg81 D'Alessandro-Sciabola



Kg100 Busto-Scialla



La Premiazione dei 44Kg



Il podio delle Società della gara femminile



La premiazione delle Società della gara maschile

Classifiche Maschili:

55 Kg: 1) Angelo Pantano (Airon Judo 90 Furci Siculo); 2) Graziano Piredda (Banzai Cortina Roma); 3) Roberto Furcas (Pol. Serrenti 84) E Emilio Verucchi (Geesink Team Modena)

60 Kg: 1) Fabio Basile (Akiyama Settimo); 2) Angelo Lanzafame (Titania Club Catania); 3) Carmine Di Loreto (Nippon Club Napoli) E Alessio Siciliano (Akiyama Settimo)

66 Kg: 1) Davide Faraldo (Ginnic Club Caserta); 2) Matteo Piras (Akiyama Settimo); 3) Davide Bianco Momesso (Dojo Sacile) E Salvatore Mingoia (Centro Ginnastico Torino)

73 Kg: 1) Antonio Esposito (Nippon Club Napoli); 2) Gabriele Melegari (Kyu Shin Do Kai Parma); 3) Riccardo De Luca (Judo Valpolicella) E Paolo Persoglia (Judo San Marino)

81 Kg: 1) Raffaele D'alessandro (Nippon Club Napoli); 2) Daniele Sciabola (Centro Ginnastico Torino); 3) Federico Rollo (Banzai Cortina Roma) E Luca Barilari (Centro Ginnastico Torino)

90 Kg: 1) Nicholas Mungai (Akiyama Settimo); 2) Diego Frustaci (Banzai Cortina Roma); 3) Bogdan Florin Grecu (Judo Giardinetti Roma) E Davide Pozzi (Polisportiva Besanese)

100 Kg: 1) Ciro Busto (Forza E Costanza Brescia); 2) Antonio Scialla (New Olympo Caserta); 3) Andrea Piazzetta (Judo Sports Treviso) E Mirco Diana (Dojo Equipe Bologna)

+100 Kg: 1) Alessandro Graziano (Team Romagna Judo); 2) Nicola Becchetti (Kodokan Judo Fratta); 3) Dario De Angelis (Nobel Roma) E Andres Felipe Moreno (Judo Club Ronin Catania)

Classifiche Femminili:

-44

1° Campese Annarita New Olympic Center
2° Adrasti Elisa Amici Dello Sport
3° Rossetto Desire' Akiyama A.S.D.
3° Ruggeri Shannon Kodokan Cremona

-48

1° Rainero Marta Fiamme Gialle Roma
2° Romano Sara Maria Akiyama A.S.D.
3° Milani Francesca Banzai Cortina Roma
3° Tomaselli Valentina Judo Mestre 2001

-52

1° Giuffrida Odette Esercito Roma

2° Pidroni Fabiola Centro Ginnastico Torino

3° Raia Daniela Nippon Club Napoli
3° Fiora Sofia Kyu Shin Do Kai

-57

1° Roma Fabiola "Judo Kyai" Ostuni
2° Iamundo Maruska Judo Club Ventimiglia A.S.D.

3° Centracchio Maria Champion Sport Team
3° Poser Greta Judo Vittorio Veneto

-63

1° Prosdocimo Alessandra Judo Vittorio Veneto
2° Pissoni Carola Judo Kumiai
3° Carminucci Chiara C.U.S. Siena A.S.D.

3° Abate Simona Judo Club Yama Arashi

-70

1° Silveri Ilaria Banzai Cortina Roma

2° Peirano Ilaria Akiyama A.S.D.
3° Macri' Giuseppina Judo Milone Crotone
3° Mungai Irene Akiyama A.S.D.

-78

1° Ferrari Valeria Fiamme Gialle Roma
2° Zuliani Giulia Judo Lib.Polisportiva Vi
3° Luri Meret Soraya Judo Kuroki Tarcento
3° Rosetta Melora Akiyama A.S.D.

-+78

1° Geri Eleonora Judo Incisa
2° Sala Debora Soc.Ginn.Sport."Fortitudo 1903
3° Macaluso Francesca San Mamolo Judo
3° Costa Carolina "Lotta Olimpika"



Amo la vita, la gente, la lealtà,
la competizione, lo sport.

Andrea Minguzzi
Medaglia d'Oro Olimpica

 **Kappa** GENTE IN MOVIMENTO

Campionato Italiano Esordienti stile libero: i giovani di oggi sono i campioni di domani



di Giovanna Grasso - foto di Emanuele Di Felicianonio

165 Atleti x 44 Società Sportive: queste le misure della prima gara in calendario per la Lotta. Si apre con lo stile libero e si apre con i più giovani: il Campionato Italiano Esordienti è la prima gara a regalare il titolo di Campione Italiano agli atleti e ad attribuire punti per la classifica alle Società. Ottimo il clima, ottima l'organizzazione del Comitato Regionale Lazio: al neo eletto Presidente di settore Fabio Mastrangelo, presente in gara nonostante fosse preda dell'influenza e febbricitante, ha dato supporto il suo predecessore Ennio Fracassi con l'usuale tranquillità e competenza. Allegrì e seriamente impegnati gli atleti, coinvolti ed incoraggianti allenatori e genitori presenti al PalaFIJKAM, il clima è stato dei migliori nonostante fosse freschissima la notizia della proposta di esclusione della Lotta dai "core sports" delle Olimpiadi dal 2020. La sensazione è che la proposta è talmente assurda da essere percepita non realizzabile. Lo vedremo.

Focalizzando l'occhio al suolo patrio testimoniamo una bella prova del Judo Club San Vito che, forte dei suoi ventiquattro atleti, ha conquistato la vetta del podio pur non potendo vantare campioncini italiani; segno che il numero ha la sua importanza anche a livello di classifica oltre che di promozione. Il Club Atletico Faenza, che invece ad avere campioni è abituato, si è piazzato al secondo posto impalmando il giovane Stefan Liviu Celmare negli 85 chilogrammi. Occorre, però, arrivare al terzo gradino del podio per trovare una società di tradizione stileliberista: i Vigili del Fuoco di Napoli che titolano anche il giovane Alessandro Esposito campione dei 35 chilogrammi.

"Sono contento di aver inaugurato il mio incarico come consigliere con una gara frasca e bella come questa - commenta

Marco Arfè nella sua nuova veste di Dirigente Federale - ho visto, con piacere, che il livello tecnico medio è migliorato, c'è stato un discreto numero di incontri di buon livello e ben combattuti. Molti di questi ragazzini hanno combattuto in modo maturo sotto l'aspetto tattico applicando tecniche belle e ben portate. Questo è rimarchevole in un campionato molto giovane, dove l'esperienza è scarsa e quindi lo è anche la maturità tecnica.

Vedo positivamente il fatto che, a livello regionale, due titoli



Kg59 Ceccarini-Lorio



Kg38 Locorotondo-Amato

sono andati sia alla Puglia che alla Campania mentre gli altri sono stati ben distribuiti su tutto il territorio. Tante Società di greco romana stanno continuando a lavorare bene anche con lo stile libero, come dimostrano i risultati individuali e di squadra raggiunti in questo campionato. Anche se continuiamo a non avere grandi numeri, il ricambio c'è ed è continuo e ben distribuito tra le Società, inoltre è il livello tecnico generale ad essere migliorato e questo è ottimo. "Ciò che ritengo positivo - continua Arfè - è anche il ricam-

bio generazionale avvenuto tra gli allenatori. Sono tanti i volti nuovi agli angoli e si tratta di persone ben preparate e con grandi motivazioni, quindi riescono a trasmettere il loro entusiasmo ai ragazzi che, così, lavorano meglio. Il rapporto tra allenatore e lottatore è molto stretto e importante a questa età, direi essenziale. Ecco perché ho voluto che al momento della premiazione dei ragazzi fossero presenti accanto al podio anche i loro allenatori: a questa età la vittoria è di entrambi e questo rapporto stretto secondo me va esaltato. E' stata una bella premiazione, ricca di emozione soprattutto quando la coppia "allenatore/atleta" ha coinciso con quella "padre/figlio".

"Sono soddisfatto di quello che ho visto oggi - conclude Arfe - ci sono atleti che mostrano chiaramente delle potenzialità di crescita, così come si sta vedendo portare avanti un buon lavoro in tanti Club. Certo, a questa età sono tanti i fattori che influiscono sul risultato e che influiranno, ma posso dire che anche a livello di Commissione Nazionale Attività Giovanile, vogliamo fare il massimo perché il settore dei giovani abbia tutte le opportunità di crescere bene e far nascere i grandi campioni di domani."



Kg73 Svaicari-D'oro

Kg85 Seri-Celmare



Con il Consigliere Arfe anche gli allenatori premiati insieme ai loro ragazzi



Kg42 Quarto-Russo



Kg47 Lacavalla-Guarino



Kg66 Lavagna-Masotti

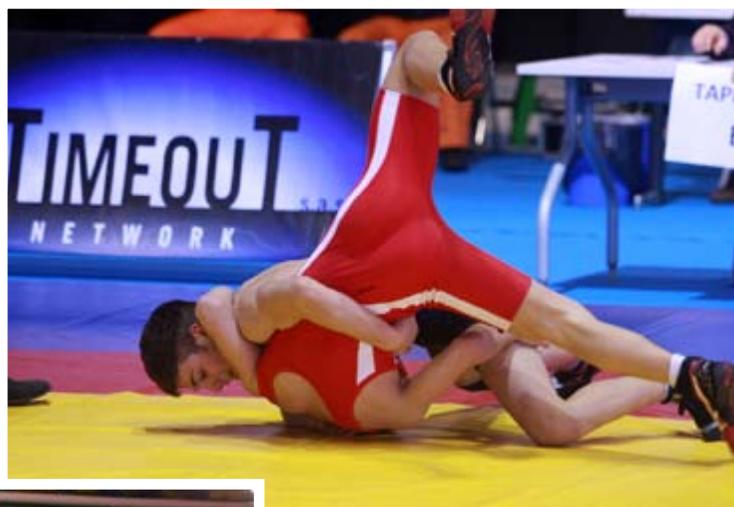


Kg59 Ceccarini-Iorio



La premiazione della cat. kg. 35

Kg53 Sandron-Fremi



La premiazione della cat. kg. 32



Il Podio delle Società



Il team del Judo Club San Vito

Campioni Italiani Esordienti stile libero 2013

- kg. 32 Ilario SAMARELLI - Pol. Libertas Molfetta
- kg. 35 Alessandro ESPOSITO - VVF "Padula" Napoli
- kg. 38 Davide AMATO - GS Lotta Termini Imerese
- kg. 42 Giuseppe QUARTO - Judo Club Franco Quarto
- kg. 47 Virgilio GUARINO - Wrestling Liuzzi
- kg. 53 Giovanni FRENI - Pol. Carignano
- kg. 59 Saverio CECCARINI - New Popaye Club Livorno
- kg. 66 Jacopo MASOTTI - Chiavari Ring
- kg. 73 Gabriele DORO - Pol. Athlon Sassari
- kg. 85 Stefan Liviu CELMARE - Club Atletico Faenza

La Classifica delle Società

- 1. Judo Club San Vito p. 48
- 2. Club Atletico Faenza p. 39
- 3. VVF "Padula" Napoli p. 25
- 4. Judo Club Franco Quarto p. 24
- 5. Lotta Club Modigliana p. 21
- 6. CUS Torino p. 20



Concentrati sulla sfida.

...al resto ci pensiamo noi.

TROCELLEN ITALIA



EUROPA SPORT



EUROPA SPORT srl

Import Export

Articoli Sportivi

Largo Beata Teresa Verzeri, 22 / 25

00166 Roma - Italia

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

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

La maratona dei cadetti, assegnati a Ostia i Tricolori U18



di Enzo De Denaro - foto di Emanuele Di Feliciantonio

Quello riservato alla classe cadetti è stato il primo campionato italiano dell'anno, ma questa non è una novità. I Tricolori disputati a Ostia il 9-10 febbraio però, alcune cose nuove le hanno portate. Dall'estensione anagrafica della classe d'età, passata da under 17 a under 18 con conseguente aumento dei partecipanti, all'applicazione di alcuni nuovi indirizzi arbitrali che, anche in questo caso, hanno lasciato il segno sulla gara. Qualche esempio? L'incremento del tempo concesso per sviluppare le azioni in ne waza ed il golden score senza limite. In entrambi i casi infatti, l'obiettivo di chi ha pensato queste regole ha colto nel segno, dato che soltanto i casi di svenimento in seguito a shime waza sono stati numerosi (otto/dieci), mentre non si sono registrati casi nei golden score, in cui il tempo si sia prolungato in eccesso. L'incremento dei partecipanti d'altro canto, non è stato lieve e le conseguenze sono ricadute inevitabilmente sui tempi di gara che, il sabato, con quattrocento atleti su quattro tatami si sono allungati dalla mattina fino alle 22.15. Una vera e propria maratona per tutti, cui ha contribuito anche un malaugurato black out.

La gara maschile

Il friulano Nicola Mortal si è aggiudicato il titolo dei 46 kg lasciando al secondo posto Alessandro Di Muzio, mentre sulla piazza sono saliti Diego Rea e Cesare Zelli. Angelo Pantano, siciliano di Furci, ha vinto la medaglia d'oro nei 50 kg e Manuel Lombardo si è classificato subito dietro, mentre Andrea Carlino e Angelo Vilardo hanno meritato il terzo posto. Nei 55 kg il titolo è andato al bravo Elios Manzi davanti al giovanissimo Giovanni Esposito, medaglia di bronzo a Riccardo Lorusso e Serhi Pyhz. Gabriele Bossettini ha conquistato la medaglia d'oro dei 60 kg, al secondo posto Alessio Bruno ed al terzo Marco Vendramini e Mario Petrosino. La lunga marcia dei 66 kg, che ha registrato la presenza di 89 atleti al via, ha avuto in Andrea Gismondo il vincitore di una finale incompleta a causa dell'infortunio al bravo Francesco Zanasi, e sono saliti sul podio assieme ai terzi classificati, Gabriele Marocchi e Leonardo Casaglia. Molto affollata



Petitto-Colbacchini Kg.40 femminile



Fiorini-Tomaselli Kg48 femminile

anche la categoria dei 73 kg ed è stato Angelo Mirabella ad aggiudicarsi il gradino più alto del podio precedendo Alfredo Raia, secondo, Niccolò Avallone e Riccardo Agostini. Titolo italiano degli 81 kg a Federico Rollo e sul podio con lui sono saliti Francesco Zema, secondo, Gennaro Cangiano e Lorenzo Rigano, terzi. Davide Pozzi invece, si è confermato il re dei 90 kg, categoria che ha dominato lasciando al secondo posto Mattia Quaranta ed al terzo



Di Muzio-Mortal Kg46 maschile

Luigi Ascione e Massimo Mancini. Netta la superiorità di Andres Felipe Moreno nei +90 kg, che si è classificato al primo posto superando in finale Alessandro Graziano, mentre sul terzo gradino del podio sono saliti Stefano Di Federico e Giacomo Mariani D'Altri. Il primo posto della classifica per società è andato all'Akiyama Settimo, che ha preceduto sul podio Airon Judo 90 Furci Siculo e Nippon Club Napoli, ma è degno di nota il fatto che cinque delle nove medaglie d'oro in palio sono andate al collo di atleti siciliani appartenenti a quattro club diversi.

La gara femminile

Quattro atlete in corsa per il titolo dei 40 kg, che è andato a Sofia Petitto davanti a Chiara Colbacchini, terzo posto per Arianna Galliani ed Emily Perri, mentre nei 44 kg le



Fiora-Giorda Kg52 femminile

sono diciannove e la medaglia d'oro è andata al collo di Elisa Adrasti, che ha superato in finale Francesca Liardo, mentre sul terzo gradino del podio sono salite Andrea Huber e Maria Gemma Siderot. La mestrina Valentina Tommaselli si è imposta nei 48 kg, categoria con ventotto atlete con Michela Fiorini sulla piazza d'onore, mentre Marion Huber ed Alessia Locorotondo si sono messe al collo

la medaglia di bronzo. È dominio di Sofia Fiora nei 52 kg, con 43 atlete in gara, che ha superato in finale Francesca Giorda ed al terzo posto si sono classificate Sara Lunardi e Giulia Pierucci. Addirittura 54 le atlete in gara nei 57 kg, categoria che è stata vinta dalla toscana Anita Cantini davanti a Simona Boccotti e, medaglie di bronzo, Alessia Fronda e Agnese Re. Un'altra toscana ha conquistato la



Pantano-Lombardo Kg50 maschile

medaglia d'oro dei 63 kg, è stata Chiara Carminucci che ha superato Alice Cipriani in finale e sono state affiancate sul terzo posto del podio da Karin Berzi ed Eleonora Ghetti. È rimasto nelle mani della veneta Giorgia Stangherlin invece, il titolo tricolore dei 70 kg con Irene Mungai al secondo posto, Irene Crema e Maria Gatto al terzo. Considerevole il numero delle atlete in gara nei +70 kg, ventitre e la medaglia d'oro è ancora una questione toscana con il primo posto di Eleonora Geri, che si è lasciata alle spalle Francesca Russo, seconda, Aurora Musacchio e Ginevra Ottimi, terze. Con tre medaglie, una d'oro nei 48 kg con Valentina Tommaselli, una d'argento nei 40 kg con Chiara Colbacchini ed una di bronzo nei 63 kg con Eleonora Ghetti, il Judo Mestre 2001 ha vinto la classifica per società, seguito dal Judo Incisa, protagonista in una categoria nei +70 kg, ma con il primo posto di Eleonora Geri ed il terzo di Ginevra Ottimi, ha fatto abbastanza per salire al secondo posto fra le società. Il St.Lorenzen non è nuovo agli exploit sul podio ed in questo caso ha meritato il terzo posto grazie ai terzi posti di Andrea Huber nei 44 kg e di Marion Huber nei 48 kg.

Le impressioni di alcuni dei protagonisti

(in collaborazione con Emanuele Di Feliciantonio)

Elios Manzi

Oro nei 55 kg

Devo dire che questo Campionato Italiano è stato un test per valutare quale fosse la situazione dopo i miei infor-



Manzi-Esposito Kg55 maschile

e mi ha immobilizzato. Avrei voluto vincere, ma sono stato condizionato dalla stanchezza ed alla fine, è stato comunque più scaltro di me. Spero in una convocazione in nazionale, anche se so di essere molto giovane mi sentirei all'altezza delle gare internazionali e ci terrei a fare esperienza per crescere a livello mentale. La prossima gara sarà Zagabria, ma non voglio montarmi la testa e aspetto.

Nicola Mortal

Oro nei 46 kg

Ho iniziato la gara che ero un pò bloccato dalla tensione, poi ho preso confidenza con

il tatami, con la gara ed a quel punto è stato come se tutto scorresse via, fluido. Lo scorso anno mi ero classificato al settimo posto, ma negli ultimi mesi ho cambiato un po' di cose, compresa la mentalità,

tuni. Serviva qualcosa per ripartire e questa è stata sicuramente la gara giusta. Qualche incontro è stato duro solo sul piano fisico, ma in termini di punteggio non ho mai avuto problemi. Il prossimo appuntamento sarà sicuramente un'european cup, ma sinceramente quello cui punto quest'anno sono europei e mondiali, entrambi in programma questa estate. Non posso nascondere infatti, che è soprattutto grazie alla mia esperienza internazionale che ho acquisito sicurezza e le gare nazionali non mi danno più preoccupazione e quindi, anche questa volta ne sono uscito vincente e sempre più sicuro delle mie potenzialità.



Boccotti-Contini Kg57 femminile

lasciando alle spalle la parte 'sbruffoncella' di me ed accettando di essere più disciplinato, perchè i miei tecnici mi hanno aiutato

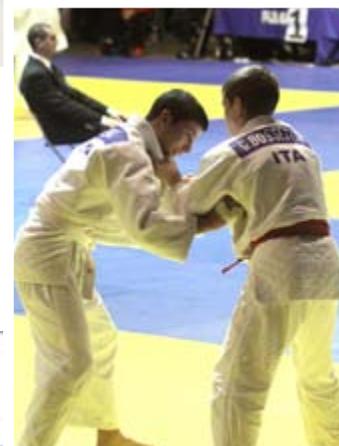
Manuel Lombardo

Argento nei 50 kg al primo anno da cadetto e campione uscente negli esordienti.

Ho incontrato molti atleti forti, in particolare in semifinale con Andrea Carlino, che mi ha dato non pochi problemi, ma alla fine ho vinto per uno shido. In finale Angelo Pantano è stato bravo a pizzicarmi nel momento giusto, sono caduto (yuko)



Cipriani-Carminucci Kg63 femminile



Bruno-Bossettini Kg60 maschile

molto per crescere caratterialmente e mentalmente. A questo punto mi sento pronto anche per il livello internazionale, punto al Grand Prix cadetti per confermarmi, ma

ATTIVITÀ NAZIONALE

se venissi convocato per Zagabria sarei pronto anche per quell'appuntamento.

Giorgia Stangerlin

Oro nei 70 kg

È la terza volta che vinco il titolo cadette e posso dire di non sentire più tensioni particolari. La gara non mi ha messo di fronte a difficoltà di rilievo e nessun incontro mi ha destato preoccupazioni. Sono molto stimolata dalle gare internazionali e l'esperienza mentale e fisica che ne traggo mi completa sotto ogni punto di vista, uno stimolo fortissimo a migliorare sempre di più. Tra due settimane spero di confermarmi nei campionati Italiani Juniores ed a differenza dello scorso anno sto bene fisicamente, sono fiduciosa che questo terzo titolo saprà aggiungere la carica giusta che mi serve.



Zanasi-Gismondo Kg66 maschile



Stangerlin-Mungai Kg70 femminile



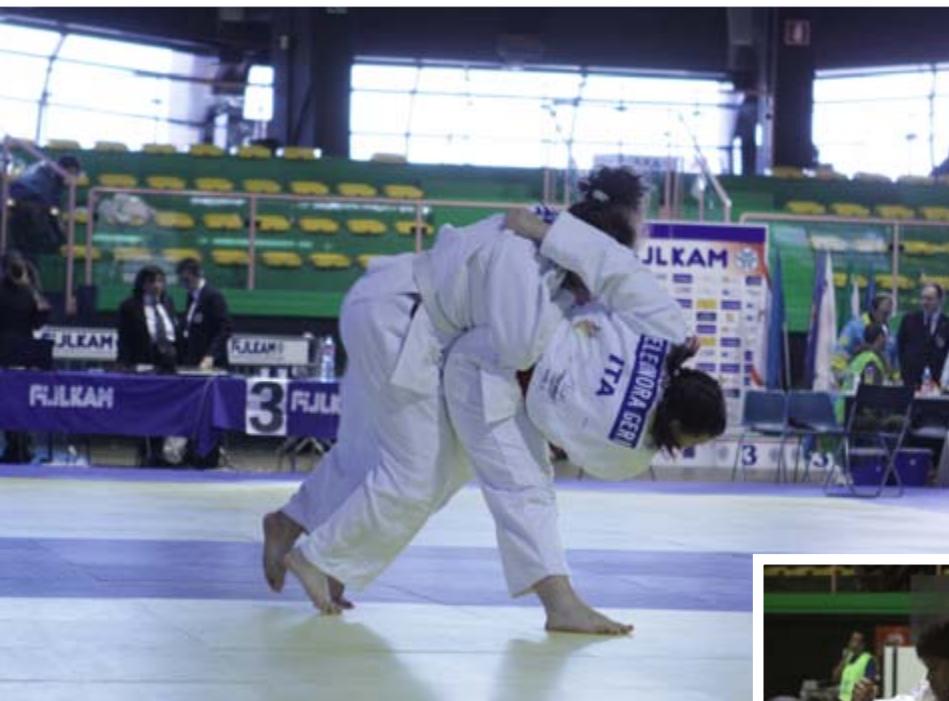
Raia-Mirabella Kg73 maschile



Rollo-Zema Kg81 maschile



Pozzi-Quaranta Kg90 maschile



Russo-Geri kg. +70 femminile



Graziano-Moreno Kg+90 maschile

SHOP IT ON-LINE: KAPPA.COM/300H4G0

© Copyright BasicNet SpA



TECHNICAL SPONSOR



Diario di viaggio: seminario a Salonicco di Giuseppe De Berardinis

di Enzo de Denaro

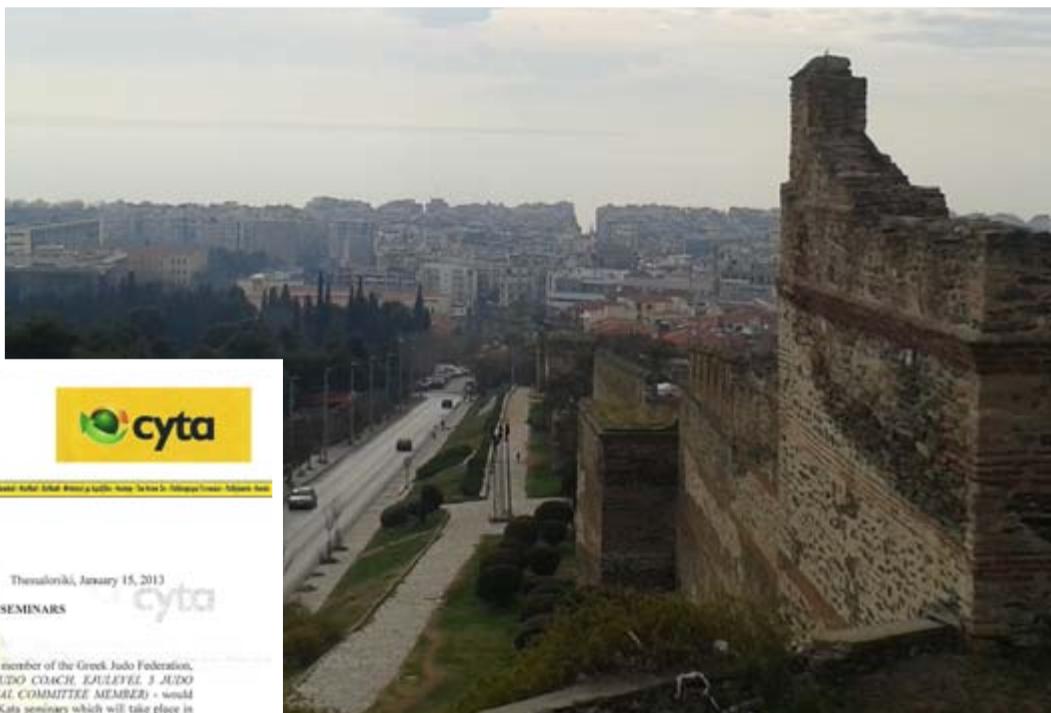
È un'altra pagina affascinante quella che Giuseppe De Berardinis ha scritto sul suo intenso diario di viaggio. L'esperienza vissuta in Libia diversi mesi fa è ormai alle spalle ed il 2013 si è aperto con una nuova puntata in Grecia, la quinta per il maestro marchigiano che nel corso degli anni sta maturando una vera e propria esperienza di ambasciatore del judo. È lo stesso maestro De Berardinis a spiegare quanto sia «stato piacevole lavorare in un clima di entusiasmo e reciproco rispetto dove tutti hanno dato il massimo per far rendere positivamente il poco tempo a disposizione». Un tempo che è intercorso fra il 17 ed il 21 gennaio nel centro sportivo dell'Aris Thessaloniki, club di judo della federazione greca di judo che ha affidato a Giuseppe De Berardinis la conduzione del seminario di kata e tecnica articolato in un programma base di otto ore giornaliere, ma che si è poi protratto ben più a lungo. «Come al solito, l'accoglienza e l'organizzazione sono state eccellenti – sottolinea De Berardinis – e non poteva essere che così considerando che se né occupato in prima persona il dottor Nikoloas Malliaropulos, che è Direttore tecnico del Club, ma anche Direttore dell'Istituto di Traumatologia dello Sport di Salonicco, oltre che BJA Judo Coach EJU level 3, 5° dan di Judo e componente della Commissione Medica EJU». Martina Calugi ha affiancato il maestro De Berardinis nel corso delle lezioni, perfezionando una sintonia già rodata in occasione della manifestazione "Sport for Peace" della scorsa estate in Libia. I temi approfonditi nell'ambito del seminario sono stati il Nage no Kata ed il Katame no Kata, con le possibili applicazioni nel randori ed in gara, con particolare attenzione per quanto riguarda i koshi waza e gli ashi waza. Fra i partecipanti più assidui si sono messi in evidenza Theoklitos Papachristos, 3° dan elemen-



to della nazionale con tre partecipazioni paralimpiche, a Sydney nel 2000 quando si classificò al quinto posto, ad Atene nel 2004 quando si piazzò settimo ed a Pechino nel 2008, dove invece concluse al nono posto. Fra gli altri partecipanti, di rilievo le presenze di Konstantin Atanasova (2° dan), che sta seguendo anche il corso per coach EJU level 3 presso il Judospace Educational Institute An-

VARIE/ JUDO

glia Ruskin University a Cambridge, George Grapsas (2° Dan) a sua volta impegnato nel corso per coach EJU, George Simadopoulos (2° dan), quinto agli Assoluti greci, George Malliaropoulos (2° dan) e Stergios Eminidis (1° dan) campioni nazionali cadetti 2012 ed atleti della nazionale greca, Eleftherios Panayiotou (1° dan), Mateo Bolgkasvili (1° dan), Ulisse Tsimpikakis (1° dan), Feltro Sotiris (1° dan) e Nick Signore (1° dan). «Ero già stato in Grecia per il judo nel 2001, 2003, 2005 e nel 2007 – conclude Giuseppe de Berardinis - ma mai come questa volta ho riscontrato una così assidua ed entusiasta partecipazione nell'apprendimento e nella pratica da parte dei partecipanti, sempre presenti e particolarmente motivati fino alla conclusione del Seminario».

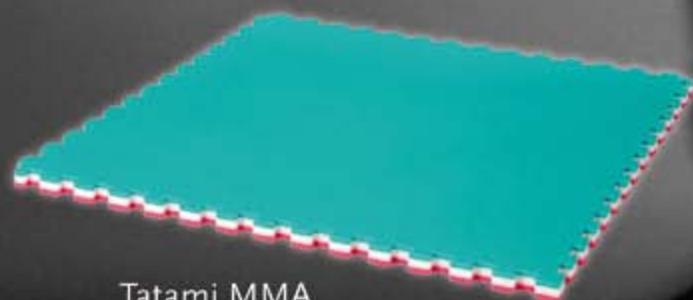


TROCELLEN

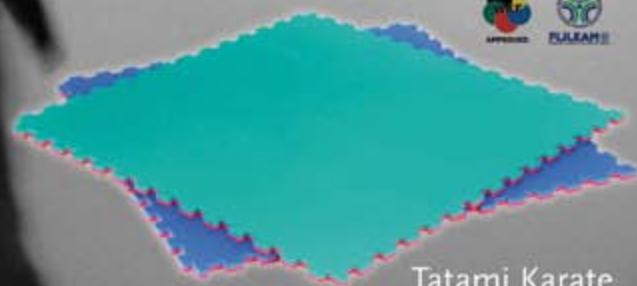
FURUKAWA Otsuka

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

Micosi e cutanee e sport da combattimento

di Marco Petrucci - Responsabile Sanitario Centro Olimpico FIJKAM

Le micosi cutanee sono molto diffuse negli ambienti sportivi ed avendo una diffusione molto elevata possono coinvolgere molte persone. Le condizioni climatiche che favoriscono le micosi sono gli ambienti caldo umidi e quindi gli spogliatoi sono il veicolo di diffusione più rapido. Negli atleti delle nostre discipline Judo e lotta in cui il contatto è molto intenso il contagio può essere molto rapido e creare infezioni anche molto estese se non trattate in tempo. Le micosi cutanee sono caratterizzate da macchie rossastre pruriginose con al centro una zona più chiara che tende ad espandersi od a moltiplicarsi in zone anche diverse del corpo. La micosi che colpisce il piede si chiama tinea pedis ed è caratterizzata da zone interdigitali arrossate spellate ed estremamente pruriginose, specialmente la sera. Le lesioni fra le dita può causare dei tagli alla base della falange estremamente dolorose, tanto da impedire l'attività sportiva. Un'altra micosi molto diffusa e difficile da trattare è la micosi delle unghie, sia delle mani che dei piedi, onicomicosi, in cui le unghie si ispessiscono e si rompono assumendo a una colorazione sia scura che bianca. La diffusione dei funghi, le micosi sono dei funghi o delle muffe, può colpire il cuoio capelluto tinea capitis causando delle zone di alopecia, caduta dei capelli. Esistono ovviamente anche micosi genitali che si diffondono per via sessuale caratterizzate da profondo prurito secrezione biancastra maleodorante nelle donne e nell'uomo arrossamento dell'appartamento genitale con profondo prurito. Nella lotta come dicevamo le micosi ricoprono un ruolo molto delicato, in quanto la presenza di tale patologia può, determinare la squalifica dell'atleta. Nella visita prima della gara, l'atleta viene controllato proprio per scongiurare la presenza di tale patologia cutanea e la sua presenza come dicevamo, determina la squalifica.

È estremamente importante da parte dell'allenatore controllare e saper riconoscere le micosi, così da consultare prontamente il medico ed intervenire con medicamenti sia locali sia nei casi più difficili, con terapia orale. Per l'atleta, importantissimo asciugarsi bene il corpo dopo la doccia, specialmente i piedi nello spazio fra le dita per evitare di creare con le scarpe chiuse, specialmente di gomma, microambienti umidi che favoriscono le micosi. Importante non camminare a piedi nudi nelle saune, bagno turco, dove il caldo favorisce le micosi. Anche docce frequenti con saponi aggressivi possono favorire le micosi, cercate alcune volte di lavarvi solo con acqua per non portare via ogni volta quello strato protettivo della cute che naturalmente ci ricopre. La terapia deve essere sempre determinata dal medico. Esistono

innumerevoli terapie improvvisate con i rimedi più disparati per combattere le micosi come il vicks vaporub, leggende metropolitane. La terapia è a base di antifungini mirati dopo un esame di frammenti di pelle o unghie o capelli, per determinare il tipo di miceto presente. La tempestività della diagnosi e della terapia garantirà una guarigione completa, anche se alcune volte vedi nelle onicomicosi può durare mesi.



Una tipica micosi della pelle



Onicomicosi all'alluce



Micosi del piede



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

FIJLKAM
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

Italia
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

