

# ATHLON.net

periodico online della FIJKAM - anno 1° n. 5-6 - luglio 2009

## in questo numero

Intervista al Presidente della W.K.F Antonio Espinos	2	<b>CAMPANIA</b> Lotta Saggio di fine anno di Antonio Finizio	16
<b>ATTIVITÀ INTERNAZIONALE</b> Lotta Beach Wrestling Sardinia di Vittorio Fasone	4	<b>CAMPANIA</b> Lotta Appuntamento con la Lotta a Napoli di Raffaele Paone	17
<b>ATTIVITÀ NAZIONALE</b> Lotta Tricolori Cadette: brilla il Banzai Cortina di Vittorio Fasone	6	<b>SICILIA</b> Judo Nino Lisotta e i ragazzi del Judo Cokys Club di Giovanni Cocheo	19
Karate Campionato italiano Cadetti Kata di Leandro Spadari	8	<b>SERVIZI</b> Judo- Lotta Festival del Fitness di Giorgio lo Giudice	21
<b>ATTIVITÀ REGIONALE</b>		Aikido: Un'arte marziale diversa dalle altre di Marco Rubatto	22
<b>PIEMONTE</b> Judo Torneo Città di Valenza	11		
<b>LIGURIA</b> Judo Torneo Città di Ventimiglia di Antonella Iannucci	12		

**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 articoli dovranno avere una lunghezza di 60 righe ed essere a contenuto tecnico agonistico. L'invio deve essere corredato da almeno due fotografie complete di didascalia.**

**La redazione di Athlon si riserva di valutare la pubblicabilità del materiale.**

# La corsa olimpica del Karate

Intervista al Presidente  
della W.K.F., Antonio Espinos



*Perché è il momento giusto per inserire il karate nelle Olimpiadi?*

Siamo più forti e più stabili di allora [Sessione CIO a Singapore nel 2005]. Abbiamo fatto grandi progressi in questi quattro anni e migliorato notevolmente i rapporti presentati al CIO. Eravamo pronti allora e lo siamo ancora di più nel 2009.

*Perché le Olimpiadi sono importanti per il karate?*

Le Olimpiadi sono molto importanti per uno sport come il karate, giacché esse racchiudono tutti i valori che noi rappresentiamo. Uno dei punti forti del karate è da ricercare nel suo valore sociale. Abbiamo 180 federazioni ed è uno sport che rappresenta le realtà della società odierna. Il problema oggi è il riconoscimento sociale da parte delle istituzioni... nei paesi in via di sviluppo gli sport olimpici ottengono finan-

ziamenti dalle istituzioni pubbliche, mentre nulla è stanziato per gli sport non olimpici. Nonostante tutti i nostri sforzi tesi a promuovere lo sport. Immaginate cosa succederebbe se diventassimo uno sport olimpico; il valore sociale del karate aumenterebbe considerevolmente.

*Qual è il contributo del karate ai Giochi Olimpici?*

Abbiamo una proposta che vanta 120 atleti di elite, 60 uomini e 60 donne, un aspetto che contribuisce quindi all'uguaglianza dei sessi. Si tratta di uno sport spettacolare e avvincente, che in occasione delle grandi manifestazioni, come i campionati del mondo, richiama un grande pubblico. Il karate può condividere una sede già esistente nelle Olimpiadi, come quella della pallavolo o della pallacanestro. Non abbiamo bisogno di ulteriori strutture. È una disciplina tra l'altro molto economica, in quanto necessita di due zone di gara, zone di allenamento, schermi e tabelloni elettronici.

*Qual è un punto che vi contraddistingue dagli altri sport in lizza?*

Alcuni membri del CIO credono che con l'ingresso del karate il numero delle discipline di arti marziali sarebbe eccessivo, come in realtà evidenziò il rapporto della Commissione del programma olimpico nel 2002. La Sessione CIO del 2005 dimostrò come questa non fosse l'opinione prevalente dei membri del CIO, in quanto il karate rientrò nella rosa ristretta insieme allo squash, a dimostrazione del fatto che il CIO non aveva alcun problema con il karate. Purtroppo non riuscimmo ad ottenere i due terzi di maggioranza per diventare sport olimpico. Il programma olimpico acquisterebbe dinamicità con l'ingresso del karate.



### *Come si sta svolgendo la campagna di promozione?*

Noi siamo una federazione modesta, che non dispone di risorse sufficienti per allestire una grande campagna mediatica. Ciononostante, ci siamo attivati con dinamismo e abbiamo avuto contatti con il Presidente [del CIO] durante svariati incontri. In occasione della riunione dell'Associazione dei Comitati Olimpici Nazionali dell'Africa in programma per agosto, farò una presentazione sul karate. Abbiamo inoltre parlato con i rappresentanti di Sportaccord a Denver. Stiamo facendo quello che possiamo, ma sempre osservando il principio sancito dal Presidente del CIO, destinando quindi i nostri fondi allo sviluppo dello sport e non tanto alle campagne. Non credo che i membri del CIO debbano essere influenzati eccessivamente dai media. Abbiamo chiesto al Presidente del CIO di offrire un compenso alle federazioni candidate, al fine di compensare queste spese e ridurre l'impatto a carico del nostro programma di sviluppo. Fino ad ora non abbiamo ancora ricevuto una risposta. Rientrare nella rosa non dovrebbe tradursi in una penalizzazione per una federazione sportiva.

### *Prevedete di intensificare la campagna in vista della riunione dell'esecutivo a Berlino ad agosto? E se così fosse, che cosa dobbiamo aspettarci?*

No, non prevediamo di fare nulla di speciale. Farò la presentazione in occasione della riunione dell'Associazione dei CON in Africa e niente altro. Manderemo dell'altro materiale al CIO e rimarremo attivi in questo senso.

### *Che cosa avete fatto per rendere il karate interessante e adatto alle Olimpiadi?*

Abbiamo fatto molte cose. Quando venni eletto nel 1998, il mio programma si prefiggeva di rendere il karate più spettacolare e di prepararci per le Olimpiadi. In occasione del congresso del 2000, approvammo le prime grandi modifiche alle regole di gara per conferire maggiore spettacolarità alla competizione. Il 1 gennaio 2009 sono entrate in vigore altre modifiche con piccoli adeguamenti rispetto al piano del 2000, e tutto funziona alla perfezione. Abbiamo inoltre creato una nuova categoria di cadetti [14-15 anni] ancora prima che il CIO iniziasse a parlare dei Giochi Olimpici della Gioventù. Ci siamo poi adoperati per migliorare la sicurezza degli atleti e perfezionare le regole di arbitraggio.

### *La mancanza di fondi del karate ha inciso sulle sue possibilità di vittoria rispetto alle altre discipline sportive dotate di più fondi?*

Credo che sia importante che l'opinione del CIO sugli sport si basi sui valori e non sui soldi che ciascuna disciplina sportiva ha destinato alla pubblicità o alla realizzazione di campagne. I membri del CIO hanno tutti gli elementi necessari per valutare ciascuna disciplina sportiva. Noi siamo uno sport per la gente.

### *Ritiene che l'assenza di scandali e problemi legati al doping nel karate siano di grande aiuto?*

Posso assicurarvi che siamo una federazione molto stabile e molto unita, e questo rappresenta un vero punto di forza. Il 100% del tempo che dedico allo sport è destinato alla promozione del karate e non alla soluzione di problemi. Il karate è uno sport libero dal fenomeno del doping. Nei pochi casi in cui è stata rilevata la presenza di sostanze, queste erano state assunte non allo scopo di aumentare la performance degli atleti. Ritengo che negli ultimi anni la stabilità della WKF, ottenuta grazie alla continuità del mandato del presidente, del segretario generale e dell'esecutivo, abbia rafforzato questa immagine di professionalità, di amore per lo sport e di dedizione allo sport.

### *Quanto si sente sicuro e crede che le possibilità di successo siano aumentate negli ultimi mesi?*

Sono fiducioso nelle possibilità che abbiamo. Sarebbe una grande lezione per il nostro mondo: i soldi non sono tutto. Il CIO ha la grande opportunità di trasmettere questo messaggio a tutti: lo sport è la cosa che conta di più.

# La lotta al centro del mediterraneo

IV Torneo Internazionale  
Beach Wrestling "Sardinia"



di Vittorio Fasone

Ancora grande successo, sulla famigerata spiaggia di Stintino "La Pelosa" con la quarta edizione del torneo internazionale Sardinia di Beach Wrestling disputato il 31 maggio scorso. Organizzato dalla Polisportiva Athlon di Sassari, a questa manifestazione, unica di lotta su spiaggia autorizzata dalla federazione internazionale (FILA) che si disputa in Italia hanno partecipato le delegazioni di Cipro, della Romania, dell'Italia, della Germania, d'Israele, dell'Iraq, a cui si sono unite due rappresentanti locali regionali la Società Sportiva Eleonora D'Arborea ed il club di casa Athlon.

Un torneo disputato all'insegna dell'allegria agonistica, dove si è assistito alle prestazioni sportive degli atleti anche di fama internazionale che hanno regalato al folto pubblico presente uno spettacolo davvero entusiasmante.

Quindi, la Regione Sardegna, ancora una volta al centro del Mediterraneo per lo sport della lotta su spiaggia e non solo, che, grazie agli sforzi del comitato d'organizzazione del Polisportiva di casa Athlon ed in prima persona il suo presidente Vincenzo Piroddu pur considerando la crisi che negli ultimi mesi è stata tema giustamente della storia attuale, non si è fatto demotivare anzi, con grande determinazione, questo staff organizzativo è riuscito ancora una volta a portare sulla spiaggia di Stintino la grande lotta internazionale.

Da ricordare inoltre, che questo torneo su spiaggia può essere considerato come chiusura in "bellezza" del Torneo Internazionale Città di Sassari coadiuvato con il Sardinia, compongono due manifestazioni che anno dopo anno diventano sempre più importanti ed un trampolino di lancio per i giovani lottatori italiani.



Una fase di combattimento tra l'israeliano Poliak Yuri ed il tedesco Weinmann Bjorn



Di seguito i risultati finali di questo quarto torneo internazionale Sardinia di Beach Wrestling:

**Categoria – 85 kg**

- Sergey Koleshikov – Israele
- Alex Bayazidis – Cypro
- Mobarak Osama – Iraq
- 3.George Bocur – Romania
- 5.Bjorn Weinmann – Germania
- 6.Massimo Minguzzi – Athlon Sassari
- 7.Dan Ciupitu – Romania
- 8.Majeed Fadhil – Iraq
- 9.Francesco Raccugno – Italia Cagliari
- 10.Bakhtiyer Soidow – Tagikistan
- 11.Dragos Ghita – Romania

**Categoria 85 kg:**

- Andreas Pieri – Cypro
- Yuri Poliak – Israele
- Alessandro Vandi – Athlon Sassari
- Darwisk Shawki – Iraq
- Giovanni Piroddu – Athlon Sassari
- Sene Mamadou – Senegal
- Mario Piroddu – Athlon Sassari
- Andreas Citanaris – Cypro
- Stefano Carta – Athlon Sassari

**Classifica per delegazioni:**

**Categoria – 85 kg**

- 1 CL. CYPRO
- 2 CL. GERMANIA
- 3 CL. IRAQ
- 4 CL. ISRAELE
- 5 CL. ATHLON SASSARI
- 6 CL. CAGLIARI
- 7 CL. ROMANIA
- 8 CL. SENEGAL
- 9 CL. TAGIKISTAN

**Categoria 85 kg**

- 1 CL. IRAQ
- 2 CL. CYPRO
- 3 CL. ISRAELE
- 4 CL. ATHLON SASSARI
- 5 CL. ROMANIA
- 6 CL. GERMANIA
- 7 CL. SENEGAL
- 8 CL. TAGIKISTAN
- 9 CL. CAGLIARI



# Tricolori Cadette: brilla il Banzai Cortina



di Vittorio Fasone - foto di Emanuele Di Felicianonio

Torino, da sempre considerata una piccola grande capitale della storia del nostro paese, ha ospitato il 25 aprile scorso l'undicesimo campionato italiano di categoria cadette femminile; manifestazione bene organizzata dal CUS Torino sotto l'attenta osservazione dei fratelli Alessandro e Massimiliano Saglietti, che, in breve tempo hanno portato insieme al loro intero staff dirigenziale, questo club tra i posti più alti della classifica nazionale di settore.

Un appuntamento importante questo da cui a prima istanza, dopo la fine delle operazioni di peso ufficiali, si è notato subito che la percentuale di iscritte è ancora oggi stabile rispetto alle scorse edizioni, anche se è da considerare che vi erano venti atlete in più nella classe cadette e dieci per il titolo assoluto, molte sono state le conferme, quasi obbligatorie in entrambe le competizioni; soprattutto in questo particolare momento dove la lotta italiana femminile sta cercando di ottenere un prestigioso posto tra le nazionali più quotate in campo mondiale e, a dimostrazione possono essere presi in considerazione tutti i tornei internazionali disputati da gennaio di quest'anno.

Doveroso, partire dalla conferma di Carola Rainero (ASD Lotta Astigiana) che, a dispetto della quinta posizione del 2008 ha saputo bene in questa occasione gestire la sua gara per arrivare fino al tricolore dei 49 kg. contro Francesca Milani del Banzai Cortina Roma. A fianco di Carola, in veste di new entry la sorella Marta, che nella categoria di peso 43 chili in finale ha superato una delle probabili speranze giovanili Valentina Faccio del Lotta Club Rovereto. Soddisfazione casalinga anche per il CUS con Martina Zandomeneghi nei 46 kg che ha ottenuto il suo titolo italiano di classe contro Assunta Persico dell'ottima scuola partenopea Mediterraneo 2000.

Tra le news, anche Rita Tedeschi del Team Lotta Puglia che nei 40 kg si è imposta in finale a Katia Riscato del Lotta Militello che per la seconda volta si è dovuta consolare con l'argento, a differenza della sua compagna di scuderia Sabrina Capuano che nella stessa categoria del 2008 e cioè quella dei 38 chili ha ottenuto l'oro ai danni di Denise Caruso altra loro compagna di team.



kg 40 Tedeschi - Riscato



kg 65 Piffer - Conti



Piccola delusione e qualcosa da rivedere per Francesca Sorbello del Meeting Giarre, che nei 52 chili non è riuscita a confermare la sua buona scuola, lasciando così a Marta Iadaluca del Banzai Cortina Roma il tricolore del 2009 conquistato a sua volta contro la sua amica di casa Veronica Ragnoli. E, se si è parlato di conferme "quasi obbligatorie", il pronostico per le categorie di peso: 56, 60, 65 e 70 è stato confermato rispettivamente in ordine di peso da: Alessandra Asinari e Sara Dacol del Lotta Club Rovereto, Rebecca Conti del Banzai Cortina Roma e Dalma Caneva della Polisportiva Mandracchio Genova. Queste quattro atlete, migliorate in maniera esponenziale, non solo hanno confermato il buon lavoro atletico che stanno seguendo, ma, hanno dimostrato la possibilità di poter formare una squadra azzurra davvero ottimale per un futuro magari non lontano. La classifica finale per società per quanto riguarda la competizione giovanile è stata guidata dal Banzai Cortina Roma con un totale di 62 punti.

kg 52 Ragnoli - Iadaluca



kg 60 Dacol - Perini



kg 70 Caneva - Putzulu



kg 49 Milani - Rainero

# A Lanciano per i Cadetti di kata: la qualità innanzitutto

Manifestazione più che ben riuscita, sia per i valori visti in campo, sia per l'ottima regia organizzativa dell'ASD CSKS Club Lanciano

testo e foto di Leandro Spadari

Il bel Palazzetto dello Sport di Lanciano è tornato ad essere "protagonista" nel karate, ospitando all'interno della sua ampia e funzionale struttura –resa

disponibile per l'evento dall'amministrazione comunale frentana, guidata dal sindaco avvocato Filippo Paolini, che molto volentieri ha accordato il suo patrocinio assieme alla Regione Abruzzo ed alla Provincia di Chieti– lo svolgimento del 24° Campionato Italiano Cadetti, maschile e femminile (domenica 8 marzo 2009). La regia organizzativa dell'ASD CSKS Club Lanciano, curata nei minimi dettagli dal Responsabile e Direttore di Gara Maestro Pietro Antonacci, con la validissima collaborazione di Elsa Epifani, Luisa Gandelli, Domenico di Campli, Luciano Bevilacqua (e tanti altri che ci scusiamo non poter citare tutti), è riuscita in un'impresa... difficilissima, quella di superare quanto mostrò di saper mettere in atto in occasione del Campionato Italiano Assoluto di kumite del 2008. Fondamentali gli

apporti, oltre che degli sponsor istituzionali della Fijlkam, della società a2a Energia e della Banca Popolare di Lanciano e Sulmona che hanno permesso, tra l'altro, una dotazione di premi e gadget particolarmente ricca per tutti i finalisti e gli Ufficiali di Gara. Tanto per citare un aspetto, pregevole è risultata l'opportunità per gli agonisti di disporre della struttura per gli ultimi allenamenti pregara sin dal pomeriggio di venerdì 6 marzo. Per gli aspetti comunicazionali, il mercoledì precedente il Comitato Organizzatore ha dato vita ad un'affollatissima conferenza stampa, presenti autorità politiche e rappresentanti del Coni abruzzese, organi di stampa ed online, emittenti televisive interregionali quali Antenna 10 e Telemax, che hanno dedicato all'evento ampi reportage,



*I genitori di Davide Orecchioni - tra di loro Luisa Gandelli - premiano i due più giovani atleti del podio Assoluto maschile e femminile*



*Michaela Di Desiderio (Fit For You Sez. Karate Roma) in un passaggio della sua vincente prova di finale*



mentre si è avuta la possibilità di assistere per intero alla cronaca in diretta della prima giornata del Campionato collegandosi a [www.canaleweb.net](http://www.canaleweb.net). Oppure allo stesso sito della Società organizzatrice.

Da sottolineare all'interno dell'evento il 2° Trofeo Giovani Davide Orecchioni, Atleta del CSKS Club Lanciano prematuramente scomparso, e nella cui memoria i genitori, titolari di un'associazione onlus dedicata ad attività sociali e umanitarie, la fondazione ADO, hanno consegnato uno speciale premio ai più giovani Atleti per ogni podio. Un minuto di silenzio, all'inizio della seconda giornata, è stato dedicato a ricordare la figura di Federico Ronzitti, cintura nera 3° dan dell'ASD Colle degli Ometti di Genova, che ha perso la vita il 28 febbraio u.s. in un tragico incidente motoristico in Libia: già medico della nazionale junior di rugby, aveva svolto varia attività medica in una preziosa e valida collaborazione con il Comitato Regionale Liguria della Fijlkam. Da citare anche l'applauditissima dimostrazione degli Atleti dell'ASD CSKS Club Lanciano con tecniche di sound karate (13-16 anni di età) e per i più piccoli il percorso del "Gran Premio Giovanissimi" con circuito (3-5 anni), percorso, palloncino con gioco tecnico, combattimento a distanza (6-10 anni), combattimento con partner (9-11 anni).

## La gara

### Maschile

Torna a brillare in vetta al podio la stella di Lorenzo Capacci (Ass. Etruria Firenze) figlio "d'arte" del Maestro Andrea Capacci, forte di 3 Titoli Italiani nel Kata, cui si aggiunge un 5° posto nel kumite al Campionato Italiano Esordienti 2008, un terzo posto agli Internazionali di Grado 2008 ed un altro quinto posto al recente Europeo Cadetti Juniores di Parigi. La sua performance, connotata dal kata di libera composizione *Etruria 2009*, ispirato alla difesa personale ed esprime stabilità e potenza, prevale su quella - comunque più che apprezzabile - del campano Alessandro Iodice, figlio dell'arbitro Franco Iodice ed allenato dal tecnico Domenico Doria (4-1), già con apprezzabili affermazioni dalla sua. 3° p.m. Busato Mattia (ASD ASI Karate Veneto) e Palmiero Umberto (ASD Athlon Maurino), bronzo anche nel 2008; 5° p.m. Terenzi Massimiliano (ASD CDKR Fisiodinamik) e Signorile Marco (CS Karate Club). Classifica per Società Sportive: 1° Ass. Etruria Firenze, 2° ASD Athlon Maurino, 3° ASD Star Top Line Dimensione 3.

### Femminile

Conferma al vertice per Michaela Di Desiderio (ASD Fit for You Karate Roma) atleta di talento - "un modello da trasferire" ed esempio di autostima e determinazione la definirà il suo Maestro Antonio Piazzola - e con già al suo attivo 2 Titoli Italiani Esordienti e Cadetti. Il kata di libera composizione Roma, una sintesi di tecniche sia proprie del kata che tipiche del kumite in una visione sincretica e spettacolare delle stesse a 360°, è contrapposto a quello dal titolo *Pippo Ryu* (in onore del maestro Pippo Salerno) portato da Federica Cavallaro (SSD Arcobaleno Siracusa), figlia di Roberto Cavallaro, forte di 2 titoli italiani 2007 e 2008 e ben distintasi



*Federica Cavallaro, Vicecampionessa Cadetti 2009, ripresa in una bella tecnica di gamba*



*Lorenzo Capacci nel suo vincente kata di finale "Etruria 2009"*



all'Open di Monza e di Grado del 2008. Il kata dell'Atleta siciliana "racconta" un confronto contro più avversari, cambi repentini di direzione, combinazioni inusuali e nell'insieme molto gradevoli a vedersi. Ma Michaela oggi è inarrivabile ed il suo successo è sancito con un perentorio 5-0, complici anche delle imprecisioni dell'avversaria. 3° p.m. Hennon Marine (ASD Bushido Dojo Udine) e Bellazzo Federica (ASD Karate Ponte di Piave TV); 5° p.m. Abbonizio Stefania (CSKS Club Lanciano) e Villa Vanessa (AS Centro Karate Riccione). Classifica per Società Sportive: 1° ASD fit For You Sez. Karate Roma, 2° SSD Arcobaleno Siracusa, 3° ASD Bushido Dojo Udine.

*Antonio Iodice (ASD Star Top Line Dimensione 3), Argento con pieno merito...*



*Il podio Cadetti femminile; a destra il Sindaco di Lanciano, avvocato Filippo Paolini*

# Italia al 37° centro

Torneo Città di Valenza

La formazione della Nazionale Italiana ha vinto l'edizione numero 37 di questo importante e spettacolare gara a squadre. Com'è ben noto le competizioni a squadre sono molto più coinvolgenti di quelle individuali e il folto pubblico ha avuto di che appassionarsi alle sfide avvincenti che si svolgevano sul tappeto. Naturalmente il tifo maggiore era per i locali del "Judo Ginnic" ma, subito dopo, gli incitamenti erano per l'Italia, specie nell'elettrizzante incontro di finale contro la rappresentativa inglese forte di Craig Fallon, atleta di valore mondiale che non ha certo bisogno di presentazioni. Combattimento di finale, dove gli azzurri vanno sotto per due a zero ma ci pensano Carnebianca e Bruyere a pareggiare i conti. Tutto adesso è nelle mani di Facente che riesce nell'impresa di marcare ippon all'inglese Roberts e far vincere l'Italia. Standing ovation per lui e per la formazione azzurra che si aggiudica questo 37° Trofeo. Al secondo posto, la rappresentativa inglese, seguita da quella del Portogallo e, finalmente, applauditissimi, gli atleti del Judo Ginnic. Soddisfatto Mario Giardi, per la qualità tecnica della gara, per l'entusiasmo del pubblico, per aver portato 23 nazioni a Valenza.

Ma... sta già pensando all'edizione n.38!

## CLASSIFICA

- 1 – Nazionale Italiana (Ita)
- 2 – Dartford Judokwai (Gbr)
- 3 - Judo Club Lisboa (Por)
- 4 - Judo Ginnic Valeza A (Ita)
- 5 - Selezione Wroclaw (Pol)
- 6 – Budo Center Athens (Gre)
- 7 – Tsb Ravensburg (Ger)
- 8 – Judo ginnic Valenza B (Ita)
- 9 – Judokai Walenstad (Sui)
- 10 – Aspit Ajaccio (Fra)



Foto ricordo dei vincitori



La formazione inglese seconda classificata



La presentazione delle squadre



Una fase del combattimento di Craig Fallon



# Alla Romania l'edizione del trentennale

Gran pubblico e strepitoso successo per il 30° Torneo Internazionale di Judo a Squadre "Città di Ventimiglia"

testo di Antonella Iannucci- foto Studio Gibelli , Saverio Chiappalone, Antonella Iannucci

Una splendida cornice, sia per il pubblico sia per il nuovo impianto, ha tributato il giusto applauso alla Romania, vincitrice del 30° Torneo Internazionale di Judo a Squadre "Città di Ventimiglia" che si è svolto sabato 13 e domenica 14 giugno 2009.

Per l'edizione del trentennale, la città di Ventimiglia ha potuto finalmente mettere a disposizione degli organizzatori dello Judo Club Ventimiglia e ancor più delle fortissime squadre in gara una struttura veramente all'altezza di una manifestazione che è ormai un punto fermo del calendario internazionale.

Abbandonata la vecchia struttura di Via Chiappori, nella mattinata di sabato è stato inaugurato dal Ministro Scajola e dal Sindaco Scullino e messo a disposizione il nuovissimo impianto di Roverino nel quale, appena tagliato il nastro tricolore e terminata l'eco dei discorsi di celebrazione sono scattati i febbrili lavori di allestimento del tatami.

Alla cerimonia di inaugurazione ha preso parte anche la Nazionale Italiana di Judo impegnata nel Torneo "Città di Ventimiglia" la quale si è resa protagonista di una applauditissima esibizione insieme ad un gruppo di atleti dello Judo Club Ventimiglia.

Lo slogan scelto per questa edizione è stato Celebrate Judo! e mai slogan è stato più appropriato, infatti si è trattato di una vera e propria festa dello Judo, un grande momento di aggregazione con incontri caratterizzati da un alto contenuto agonistico ma sempre all'insegna della lealtà e del fair play.

Alla manifestazione hanno preso parte squadre provenienti da Austria, Francia, Olanda, Polonia, Romania, Slovacchia, Spagna e Italia (Nazionale e Judo Club Ventimiglia).

Le eliminatorie del sabato sera, già seguite da un folto pubblico, hanno promosso alla Final Four Romania, Olanda, Italia e una sorprendente selezione che, "griffata" Judo Club Ventimiglia, allineava tra le sue



Una bella azione nella Finale per il Bronzo Ventimiglia - Italia

Finale Romania – Olanda



fila Campioni Italiani Under 20 e Under 23.

La serata di domenica ha riservato uno spettacolo ancor più esaltante, con la squadra dello Judo Club Ventimiglia battuta in semifinale dalla Romania, mentre l'olanda ha piegato i giovani azzurri della Nazionale Italiana.

Tutta italiana la finale per il bronzo con gli atleti di casa che hanno sconfitto la Nazionale Italiana.

Spettacolare e combattuta anche la finalissima tra Romania e Olanda. A prevalere è stata la Romania che torna così alla vittoria dopo il successo del 2007. Fondamentale per i balcanici la maggior determinazione e la grinta mostrate sul tatami ad ogni incontro. Una volontà che ha finito per colmare le differenze rispetto ad un'Olanda più dotata sul piano tecnico e composta da campioni già affermati a livello europeo come ad esempio Jeroen Mooren (1° nella World Ranking List dei 60 kg).

Grande soddisfazione per l'organizzazione attenta e precisa dello Judo Club Ventimiglia, perché finalmente la città di Ventimiglia ha una nuova struttura sportiva e il modo in cui il Torneo di Judo l'ha saputa ripagare, in termini di pubblico e spettacolo, è senza dubbio il miglior inizio possibile: non poteva esserci cornice migliore per la manifestazione sportiva più importante della Città e della Provincia.

Sempre ricco, come ogni anno, il programma delle manifestazioni collaterali: si è iniziato il 29 maggio con "Incontra il tuo Campione" con la partecipazione del Campione Olimpico Pino Maddaloni. La giornata è stata articolata in due momenti: il primo in mattinata nella Sala Consiliare del Comune di Ventimiglia alla presenza del Sindaco Gaetano Scullino è stato il momento conclusivo del Progetto Judo@School realizzato in collaborazione tra lo Judo Club Ventimiglia e il primo circolo didattico di Ventimiglia; il secondo nel pomeriggio si è svolto sul tatami e ha visto la partecipazione degli atleti più giovani dello Judo Club Ventimiglia.



*La presentazione della squadra italiana*



*Il team italiano*

## REGIONALI JUDO

Tutta la giornata è stata un grandioso successo ed è stata vissuta all'insegna dei valori sani e puliti che derivano dalla pratica sportiva: l'amicizia, il rispetto delle regole nello Sport così come nella vita, la lealtà.

Altre manifestazioni collaterali sono state il CONCORSO "IL DISEGNAJUDO" - intitolato quest'anno alla memoria del prof. Germano Berlingiero, l'assegnazione dei titoli di JUDOKA DELL'ANNO a Maruska IAMUNDO (Teens, 12/15 anni), Othmane BOUNHER (Kids, 9/11 anni) e Gabriele PECORARO (Baby, 5/8 anni) e la partecipazione con un gruppo di atleti alla BATTAGLIA DI FIORI e alla FESTA DELLO SPORT.

Alla manifestazione ha assistito il dott. Gianfranco RICCI dirigente del settore Sport, Turismo e Manifestazioni della REGIONE LIGURIA. Alla premiazione hanno partecipato il presidente del comitato regionale della FIJLKAM Pippo SPAGNOLO e il Vice-Presidente del settore judo Danilo BUZZI e l'Assessore della Provincia di Imperia, nonché Consigliere Comunale, Giovanni BALLESTRA.

Ancora una volta il Torneo Internazionale di Judo a Squadre "Città di Ventimiglia" non si presenta solo come importante manifestazione agonistica internazionale ma pone l'accento sulla dimensione umana e socializzante dell'evento sportivo, quale momento di aggregazione e di interazione sociale per i giovani e per l'intera comunità. Senza dimenticare la valorizzazione turistica delle risorse del territorio.



*La semifinale Italia – Olanda*



*La squadra romena festeggia la vittoria*

### RISULTATI FINAL FOUR

#### Semifinali:

OLANDA – ITALIA 4 – 2 (35 – 15)

ROMANIA – JUDO CLUB VENTIMIGLIA 2 – 2 (20 – 17)

#### Finale Terzo Posto:

JUDO CLUB VENTIMIGLIA – ITALIA 4 – 2 (40 – 15)

#### Finale Primo Posto:

ROMANIA – OLANDA 3 – 2 (30 – 20)

#### Classifica:

1° ROMANIA (Rupa, Merge C., Danculea, Halas, Checiu, Matei, Merge A., Balla, Goncareenko)

2° OLANDA (Van Groenendael, Mooren, Cousins, Gerrits, Meeuwsen J., Meeuwsen D., De La Croes, Vuijsters)

3° JUDO CLUB VENTIMIGLIA (Piras, Leccese, Rubeca, Regis, Burello, Carollo, Favaro, Ardizio, D'Apice)

4° ITALIA (Pastorelli, Carnevale, Romano, Casertano, Orlandi, Dell'Anna. Coach Paolo Natale).

Il taglio del nastro è stato effettuato dal Ministro per lo Sviluppo Economico On. Claudio Scajola insieme al Sindaco di Ventimiglia Gaetano Scullino.

Alla cerimonia di inaugurazione ha partecipato anche la Squadra Nazionale di Judo (Pastorelli, Carnevale, Romano, Casertano, Orlandi, Dell'Anna, coach Paolo Natale) impegnata nella disputa del 30° Torneo Internazionale di Judo a Squadre "Città di Ventimiglia", qui ritratta insieme a Ministro e Sindaco.

Durante l'inaugurazione si è svolta anche una breve ma spettacolare ed applauditissima esibizione di una rappresentanza di atleti dello Judo Club Ventimiglia insieme agli atleti della Squadra Nazionale.



# Saggio di fine anno all'istituto "Adelaide Ristori" di Napoli

testo e foto di Antonio Finizio

Alla presenza del 1° Dirigente dell'Istituto, Dott.ssa Fernanda Tuccillo sensibile e disponibile da vari anni ai progetti di Attività Motoria, del Tecnico federale FIJLKAM Francesco Medici, del Commissario Tecnico Regionale Maestro Rosario Medici e del Vicepresidente del Comitato regionale FIJLKAM responsabile del Settore, si è tenuta la tradizionale festa di fine d'anno.

Nei locali Palestra dell'Istituto ove è stato sistemato un tappeto di Lotta olimpica dal Comitato Regionale FIJLKAM, si sono esibiti circa 15 giovanissimi in rappresentanza dei 26 ragazzi partecipanti al progetto. Un folto pubblico di genitori degli alunni ha apprezzato gli esercizi di attività motoria, acrobatica e di lotta libera.

Tutti si sono particolarmente distinti, dimostrando abilità e coordinazione sia nei giochi, che, negli incontri di Lotta, dando prova di aver appreso le tecniche di base di questa antica disciplina olimpica.

Il Maestro Francesco Medici è stato particolarmente soddisfatto dell'esibizione e dei progressi ottenuti da tutti, augurandosi che i giovani "talenti" proseguano il cammino intrapreso nel prossimo anno scolastico.

Bisogna ricordare che mentre si svolgeva la manifestazione, Susi Persico, atleta ex allieva dell'Istituto, si cimentava con la nazionale italiana Cadetti in un impegnativo torneo in Austria, ottenendo un prestigioso 5° posto.

Alla fine della manifestazione, in considerazione del fatto che si trattava di un momento ludico e non agonistico, tutti gli atleti sono stati gratificati con premi messi a disposizione dall'Istituto, dalla Società Sportiva "Mediterranea 2000" presentatrice del progetto e, dalla Wackos S. Carlo, che sponsorizza i progetti scuola presentati dalle Società Sportive affiliate FIJLKAM.

Al termine il Vicepresidente Regionale si è complimentato con il corpo docente, con il Tecnico Federale e con i giovani atleti, esortandoli a continuare nell'attività sportiva; un invito particolare è stato rivolto ai genitori presenti affinché diffondano la bontà dell'iniziativa nei popolari quartieri di appartenenza, diventando essi stessi testimonial della Federazione FIJLKAM e della Lotta in particolare.

REGIONALI LOTTA



Prof.ssa Tuccillo Fernanda, M° Medici Francesco, atleti premiati



Si tenta la schienata, il M° Medici Francesco controlla



# Appuntamento con la Lotta a Napoli

Il Circolo Ilva Bagnoli ospita il collegiale stile libero e femminile

testo e foto di Raffaele Paone

Dal 22 al 27 giugno, presso la sede della Società "Circolo Ilva Bagnoli", si è tenuto un allenamento collegiale di Lotta delle varie categorie.

Presenti all'evento atleti giunti da varie regioni d'Italia, come la Sicilia, la Liguria, il Lazio e naturalmente gli atleti della Campania.

Sotto l'attenta direzione tecnica del nostro bravissimo Maestro Luigi Marigliano, si sono alternati nella collaborazione i tecnici Carlos Martinez, Michele Liuzzi, Francesco Medici, Salvatore Cangiano, Nicola Abbrescia e Fabio Coscino, i quali hanno lavorato pregevolmente tutti i giorni, privilegiando in particolar modo la tecnica individuale. Con l'entusiasmo e la massima attenzione, ogni atleta ha sfruttato appieno tutte le capacità di apprendimento sulle specifiche tecniche di lotta in piedi e a terra.

Attento osservatore è stato l'onnipresente Maestro Benemerito Rosario Medici, in veste di Commissario Tecnico Regionale.

Il suddetto allenamento è stato organizzato anche in vista del Campionato Europeo Cadette, al quale prenderanno parte alcune nostre brave atlete, le liguri Dalma Caneva, la siciliana Francesca Sorbello e la napoletana Susy Persico. Mentre per la lotta maschile era presente il più volte Campione Italiano Alessandro Cangiano.

Si evidenzia in questo collegiale, un aspetto di fondamentale importanza per la crescita di futuri campioni, cioè, il profondo e sentito spirito di gruppo e di amicizia che si è creato tra i ragazzi, il quale ha fatto da volano

Maestro Luigi Marigliano: intreccio alle caviglie



Abbrescia tra i ragazzi

per la buona riuscita del collegiale.

Da registrare l'ottima organizzazione, la magnifica ospitalità e lo scenario incantevole in cui è situato il Circolo Ilva, (piccola baia del golfo di Napoli, da dove si ammirano alcune perle come Procida e Ischia), che hanno fatto da cornice ad un evento semplice e bello al tempo stesso, non lasciando niente al caso, in modo tale da riproporlo annualmente.



*Foto di gruppo del Collegiale*



# I ragazzi del JCC fanno "centro" con Nino Lisotta

Storia dell'incontro tra i giovani judoka e l'olimpionico di tiro con l'arco

di Giovanni Cocheo

Richiesto insistentemente dai ragazzi, che il giorno prima non avevano avuto modo di incontrarlo personalmente, non ho potuto far altro che contattarlo per chiedergli la cortesia di incontrare i ragazzi del Judo, che già in palestra conoscono questo mondo del diversamente abile grazie a Marcello Porcaro, judoka FISS (Federazione Italiana Sport Silenziosi) cintura nera 1° dan che regolarmente si allena con la massima scrupolosità, e dando solo esempio positivo da imitare.

Conoscevo già Nino Lisotta, avendolo incontrato a "Villa delle Ginestre" grosso centro paraplegico di Palermo che cura la riabilitazione dei medullosesi e che con i suoi 5000 assistiti è un punto di riferimento importantissimo per la Sicilia e di cui il Lisotta stesso è Vice presidente della locale associazione sportiva dilettantistica.

Antonino Lisotta ha 43 anni ed è conigliato dal'94. Due incidenti stradali hanno segnato profondamente la sua vita: il primo, avvenuto nel'98, mentre era in servizio come guardia giurata, gli causò una frattura cervicale; il secondo, sempre con la macchina di servizio, avvenuto nel giugno 2002, gli provocò una compressione midollare, facendolo rimanere paraplegico.

Nello stesso anno, dopo una conseguente crisi, si dedica allo sport praticando il tiro con l'arco e nel giro di pochi anni, diventa un campione di questa pratica sportiva. Lisotta, attualmente, ha un livello di preparazione pari a quello dei normodotati che, recentemente, ha battuto nelle gare regionali ed inter-regionali di tiro con l'arco. Dopo la vittoria del giugno 2006 il Cip gli comunica che



era entrato a fare parte della nazionale italiana di tiro con l'arco. Subito dopo aver vinto nel luglio 2007 la medaglia d'argento riceve la convocazione per i mondiali in Corea.

La sua partecipazione a Pechino 2008 viene gratificata dalla conquista della medaglia di bronzo a squadre; il tutto a coronamento di una dedizione, ed applicazione costante nello sport che è stato il solo mezzo per uscire da una condizione particolare in cui era sprofondata dopo le disavventure.

Ultimo riconoscimento in ordine di tempo alla sua attività arriva dal Comune di Palermo che con la manifestazione "Palermo premia lo sport 2008", riceve lo scorso dicembre un premio particolare alla carriera ed al suo impegno sportivo come atleta paraolimpico e come testimonial sportivo unitamente a Giuseppina Gargano (atletica leggera) e Dario Pignataro, nazionale italiana sordi di basket.

Puntuale come nel suo costume, alle 17.00, Nino, in perfetta uniforme ufficiale di Pechino, si presenta in palestra con il suo immancabile accompagnatore, ed il suo ingresso desta parecchio stupore ed ammirazione tra genitori e ragazzi a cui non avevo anticipato nulla, al fine di lasciare tutto nel suo naturale evolversi della serata.

Si avvicina al tatami e faccio gli onori di casa, ed i ragazzi non perdono tempo a sistemarsi vicino alla carrozzella e dopo la sua presentazione non esitano a tempestarlo di domande che vanno dal suo personale impegno sportivo alla normale vita privata, soffermandosi moltissimo al suo radicale cambiamento di vita, riadattandosi al ruolo di atleta paraplegico.

Andiamo avanti per un paio d'ore, scandendo il tempo fra domande e risposte, dove i ragazzi mettono a dura prova la preparazione del buon Nino, sempre disponibile e dispostissimo al dialogo, cercando in ogni suo intervento o risposta di caldeggiare l'impegno sportivo in ognuno dei presenti come deterrente per le cattive deviazioni ed allo stesso tempo stimolante ed indispensabile per una buona crescita sociale.

Parla anche del suo incontro a Milanello con i giocatori del Milan, di cui è particolarmente tifoso e con Carlo Ancelotti in persona, per lui giornata indimenticabile dalle mille emozioni.

Scambio affettuosissimo di doni tra Nino Lisotta, che ha dato ad ogni ragazzo una sua foto di Pechino firmata, alla società dei gadgets ricordi di Pechino, che ha ricambiato con una polo dell'ultima edizione del memorial Falcone e Borsellino.

Esperienza particolarmente toccante, formativa ed educativa allo stesso tempo da ripetere sicuramente, magari allargando lo scenario sportivo.

# La Fijlkam al Festival del Fitness

di Giorgio Lo Giudice – foto Antonio Finizio



SERVIZI

Da Rimini a Roma, tutto un altro scenario per ritrovare il "Festival del Fitness", la rassegna annuale dedicata agli sport di palestra, diventata una tradizione ed alla quale la Fijlkam è da tempo ormai legata con la sua presenza costante. Ed anche in questa occasione lo stand della Federazione è stato organizzativamente all'altezza, con tante iniziative e ricco di presenze importanti. Quindi momento di incontro tra campioni e gente comune per dare un impulso, se possibile, al movimento impegnando le strutture federali per raggiungere gli obiettivi di immagine e di promozione delle discipline.

A fare da richiamo stavolta c'erano anche i due campioni olimpici di Pechino, la triste ed infortunata Giulia Quintavalle ed Andrea Minguzzi più pimpante che mai nel suo ruolo di uomo d'oro, che riesce ad esprimere pienamente il carattere gioviale, aperto e sempre sorridente, del campione romagnolo.

Gli organizzatori hanno lavorato molto per dare tono e visibilità alla rassegna. In sei piazze romane, tra le quali Piazza dei Ravennati ad Ostia, sede della Federazione, erano stati posti dei *tapis roulant*: chiunque poteva salirci sopra e, se fosse stato in grado di correre mille metri in sei minuti, avrebbe avuto diritto all'ingresso gratuito alla fiera.

Nei giorni di apertura della manifestazione, dall'11 al 14 giugno 2009, la stessa iniziativa era stata attivata e posizionata prima dell'ingresso. Anche qui chi voleva misurarsi con se stesso e la sua forma fisica, poteva provare a guadagnarsi il tagliando gratuito con un minimo di sudore.

Il padiglione dove era situata la Fijlkam è stato meta di pellegrinaggio di moltissimi giovani, e sia la Quintavalle che Minguzzi hanno firmato centinaia di autografi e distribuito foto in quantità industriale. Sicuramente un successo annunciato e meritato. Per il judo erano presenti anche il CT Mariani e diversi Azzurri delle Fiamme Gialle, così come per la lotta a far da corona al campione olimpico c'erano i Nazionali Saverio Scaramuzzi, Bernardo Circottola, Silvia Felice e Valentina Minguzzi, reduce quest'ultima dalla bella vittoria al Torneo internazionale di Sassari. Ci sono state ovviamente anche delle esibizioni, con dimostrazioni di colpi tirati e parati e spiegazione delle varie tecniche, che hanno raccolto appassionati e curiosi in egual misura.

In particolare per la lotta si sono esibiti domenica 14 anche un gruppo di lottatori di varie società della Campania, accompagnati da alcuni tecnici societari e dal vice presidente della regione Antonio Finizio. I giovani, guidati dagli allenatori Mafalda Chiaro e Francesco Medici, hanno svolto delle serie di esercizi di riscaldamento e di attività motoria, esercizi di acrobatica e di forza ed alla fine hanno anche dimostrato delle prese di lotta sia di attacco che di difesa. Una esibizione che ha riscosso grande successo. Unico problema che gli stessi organizzatori hanno evidenziato, la difficoltà di raggiungere la nuova Fiera con i mezzi pubblici, che per molti giovani romani rappresenta un pò un limite. Certo nulla a che vedere con quella situata sulla Cristoforo Colombo, praticamente in pieno centro, pur con le mille difficoltà degli spazi e dei parcheggi. Ma ci sarà modo e possibilità di migliorare tutti i servizi, perché dal punto di vista organizzativo, la nuova Fiera è veramente un fiore all'occhiello della Città di Roma.



# L'Aikido: un'arte marziale diversa dalle altre



testo e foto di Marco Rubatto

Quando veniamo a contatto con qualcuno che ci parla di arti marziali, il nostro pensiero corre ai cartoni animati giapponesi... a Lupin III o Gig Robot d'Acciaio, forse ignorando parzialmente le complessità che invece si muovono dietro a questo poliedrico universo.

Viene comunemente creduto che le discipline di questo tipo si dividano in "Arti di attacco" e "Arti di difesa"... ma nulla c'è di più falso.

I percorsi marziali tradizionali, nati svariati secoli passati in terre e contesti socio-culturale molto distanti dai nostri, sono qualcosa di incredibilmente vivo ed attuale ai nostri giorni, tuttavia per ragioni molto differenti da quelle che si potrebbero forse immaginare. La crescente insicurezza sociale proietta per le strade molte delle nostre paure più comuni, così parrebbe che ciascuno desideri essere una cintura nera (termine divenuto molto famoso nell'immaginario collettivo) per affrontare la pericolosa minaccia che si nasconde dietro ad ogni angolo di marciapiede: i corsi di difesa personale quindi si moltiplicano, nell'intento di insegnare qualche timida nozione di "sopravvivenza urbana".

Le arti marziali però sono qualcosa di molto distante da tutto ciò. Nacquero, è vero, in tempi in cui l'incolumità fisica era spesso messa a repentaglio dal contesto sociale, e quindi naturalmente svilupparono tecniche e strumenti per far pendere a proprio favore l'esito di un eventuale scontro fisico, magari anche con avversari fisicamente più dotati o numerosi rispetto agli aggrediti. Vennero sviluppate conoscenze che ponevano al primo posto l'efficacia di un atto in contesto bellico, studiando il funzionamento del corpo umano, fu chiaro come comprometterlo in pochi secondi... mediante ciò che le persone comunemente chiamano "le mosse".

Kung fu, Karate, Kempo, Ju jutsu, Taekwondo, Muai Thai appartengono a questi insieme di arti guerriere.

Ma qualcosa di più accadde in seguito. Non appena la necessità di proteggersi dalle minacce fisiche divenne meno attuale, si comprese che la pratica delle discipline marziali tradizionali apportavano comunque in sé numerosi benefici di inestimabile valore personale, etico, filosofico e sociale.

Le arti da combattimento divennero laboratori di auto-conoscenza e auto-consapevolezza fisica, mentale e spesso anche spirituale nelle terre dalle quali provengono (India, Cina, Giappone, Thailandia...).

Tramite la loro pratica, l'atleta (termine in realtà svalutativo nel



*Aiki Jinja, il tempio shintoista dedicato all'Aikido ad Iwama, nella prefettura giapponese di Ibaraki*



*Statua in Bronzo del Fondatore dell'Aikido, Morihei Ueshiba, presente nel parco di Oigahama, a Tanabe, nella prefettura giapponese di Wakayama*



Sol Levante, poiché si riferisce solo all'aspetto fisico della pratica) acquisiva consapevolezza sulla propria fisicità, sul funzionamento del suo sistema corporeo... Veniva spesso messo a confronto con i propri limiti mentali, emotivi, doveva confrontarsi con le proprie paure più recondite (il dolore, la morte...), e da tutto ciò ne usciva rinnovato, maturando consapevolezza su di sé e sulla vita in genere.

A questo punto le Arti Marziali (scritte appositamente con la maiuscola...) divennero un cammino individuale per accrescere l'auto-coscienza, oltre ad un valido ed efficace strumento di difesa personale.

L'efficacia si poneva ancora come primo obiettivo, sia nei confronti di se stessi che del proprio eventuale avversario: rendere inoffensivo l'attaccante con il minimo numero di movimenti possibile... ferendolo o uccidendolo addirittura, la differenza veniva considerata secondaria rispetto al raggiungimento del proprio scopo.

Questi approcci tradizionali ancora sopravvivono ed anno avuto una notevole diffusione anche in occidente, specie intorno agli anni '70, e '80... spesso sponsorizzati da numerosi film d'azione, che in genere non fanno loro onore in quanto a veridicità dei contenuti.

Poi un'ulteriore evoluzione avvenne, almeno a dire dell'Autore ed all'incirca di un altro milione di persone: fu "creato" l'AIKIDO nello scorso secolo, in Giappone, da un Uomo che si chiamava Morihei Ueshiba, da tutti conosciuto come O' Sensei, ossia Grande Maestro. Il circa milione di persone al quale ci si riferiva è composto dall'attuale stimato numero di praticanti di AIKIDO nel mondo.

In cosa si è distinto questo ennesimo sistema marziale rispetto ai quelli fino ad allora esistenti?

Anche l'AIKIDO, inizialmente chiamato Aiki Jujutsu, o Aiki Budo, si è originato da pratiche marziali che miravano soprattutto all'efficacia del gesto tecnico per sbaragliare i propri avversari: veniva e viene insegnato a difendersi contro avversari di ogni corporatura, che attaccano a mani nude o armate in qualsiasi modo, anche in presenza di aggressione multipla da parte degli "avversari".

Ma il suo Fondatore, a seguito di personali e profonde vicissitudini che lo avvicinarono allo studio ed alla pratica delle filosofie antiche e della spiritualità nativa giapponese, intuì che un solido ed efficace sistema marziale non avrebbe più potuto, da solo, soddisfare le aspettative di quello studio integrato in cui egli si era da tempo immerso.

Lo spirito di armonia, concordia, unione, pace e costruttività delle tradizioni filosofiche e spirituali d'oriente non si sposavano di certo bene con pratiche disposte ad ottenere un fine (l'incolumità fisica) avvalendosi di qualunque mezzo (inclusa ovviamente la violenza stessa).

Egli si accorse di percepire una sorta di intelligenza armonica a guida dell'intero Universo e che sarebbe stato infelice chi si fosse posto in opposizione a questa corrente costruttiva e vivificante.

Non era dunque più lecito uccidere per non essere uccisi, pena il trasgredire alla legge "divina" che poco prima aveva infranto il proprio aggressore nel tentativo di ledere il prossimo!

L'AIKIDO fu un'equilibrata ricetta risultante dalla sana esigenza di non soccombere ad un conflitto violento ed ingiusto, senza perciò, mancare a propria volta di rispetto all'aggressore stesso... parte egli stesso di quel Uni-



*Kamidana - Altare shintoista, spesso collocato nella parete più importante del Dojo, il luogo di pratica dell'Aikido*



verso denso di intelligenza ed amore, che Ueshiba vedeva in ogni aspetto dell'esistenza.

Ma come sopravvivere ad un violento scontro fisico, senza ledere il proprio assalitore?

Le tecniche dell'antico Jujutsu vennero modificate per conservare inalterata la propria efficacia, ma al contempo anche per offrire la possibilità di non ferire l'aggressore. O'Sensei riteneva che essendo l'Universo benevolo e univocamente diretto verso equilibrio, pace ed armonia delle creature in esso contenute, il solo fatto di creare occasione di violenza e conflitto ponesse automaticamente l'attaccante fuori da questa armonia sovrana, facendolo risultare in opposizione ad essa.

Ma chi può realmente opporre le proprie limitate risorse e la sua piccola volontà alla forza dell'Universo stesso, fantasticando ancora di avere la meglio?

Egli sosteneva che il creato "stesse dalla sua parte", "io sono l'Universo" diceva, "affrontare me, significa affrontare l'Universo": opinabile o meno che possa apparire la sua teoria, i fatti storici dimostrano che quest'uomo dall'età di trentacinque anni, fino ad ottantasei non fu mai più battuto da nessun avversario!

Egli si confrontò con campioni di ogni altra disciplina marziale e la sua biografia è ricca di incredibili aneddoti nei quali si racconta come fu capace di atterrare pesanti lottatori di Sumo (dall'alto dei suoi 158 centimetri) o tenere a bada una decina di atletici avversari ventenni quando lui volgeva verso gli ottantacinque!

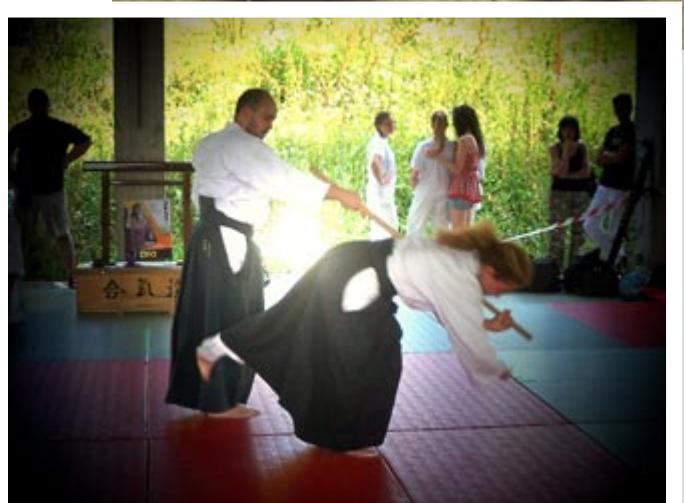
Chi pratica AIKIDO quindi non solo è introdotto ad una conoscenza approfondita di sé sotto tutti i livelli che gli sono propri, non solo apprende un'efficace strumento di risoluzione pacifica di conflitti anche fisicamente aggressivi e violenti, ma tenta di cogliere e vivere una "filosofia" unificatrice del tutto, che tende ad armonizzare, coordinare, integrare le varie parti di sé, così come a sentirsi a sua volta parte integrante della società in cui vive, di cui comprende ed accetta le momentanee carenze e brutture.

Percepire l'unità dietro le differenze è la grande scuola di ogni Aikidoka (questo è il nome tecnico di chi pratica regolarmente AIKIDO), assumere il punto di vista di chi pare opporsi, senza per questo giudicarlo o farsi sopraffare da esso è la grande scommessa che egli accetta di vivere negli allenamenti e quindi nel suo vissuto personale.

Chi affronta un praticante esperto spesso si può sentire in una situazione a dir poco imbarazzante: tenta con tutte le proprie forze di aggredire, atterrare, ferire un individuo che pare non opporsi, che anzi sorride accogliendo l'aggressione con un benvenuto: ci si trova in una situazione simile a chi tenta di sfondare una porta aperta... a terra, cioè, a causa della stessa propria irruenza.

Nulla è più frustrante ed al contempo educativo di trovarsi a riflettere sulla stupidità dei propri atti, specie se la persona verso la quale erano diretti non ci giudica, ma, al contrario, ci ha compreso, rispettato ed ora ci tende la mano per aiutarci a tornare in piedi! L'AIKIDO ha in sé un potenziale trasformativo veramente elevato, poiché si ingaggia a trasformare un conflitto in una possibilità di contatto con la diversità, che muta da scontro ad incontro: niente male davvero nella società di oggi, nella quale i pericoli immaginati dietro ogni angolo spesso sono realmente solo frutto delle proprie paure.

*Go no jo*



*Jo nage*



Nell'accettare gli altri, con l'AIKIDO impariamo ad accettarci, e vice versa. Forse la mera efficacia marziale (seppur presente dopo qualche anno di allenamento) potrebbe essere considerata quasi un sotto prodotto di una disciplina di così vasta portata personale e sociale.

Ueshiba giunse per via intuitiva e sperimentale alla saggezza profonda comune ad ogni credo spirituale delle tradizioni d'oriente e d'occidente: "non fare agli altri ciò che non vorresti fosse fatto a te", "chi è senza peccato scagli la prima pietra"... recitano detti famosi alle nostre latitudini, mentre "la migliore vittoria è quella su se stessi" e "trattate il vostro avversario con la cura che terreste con un bambino in fasce" erano i suoi.

Questo tesoro di saggezza, che tenta di trasformare un conflitto in una possibilità di crescita, ci è stato lasciato in modo del tutto gratuito perché potessimo coglierne e coltivarne a nostra volta i frutti... a noi pare che non ci possa essere tempo migliore del nostro qui ed ora per utilizzare ed integrare questi preziosi insegnamenti nelle nostre vite quotidiane.

Praticare assiduamente AIKIDO su un tatami (le materassine che si utilizzano per stare a piedi scalzi e per attutire le cadute) dentro un Dojo (il luogo della pratica, di significato semanticamente molto più profondo che "palestra") risulta il trampolino per il tentativo di applicarne l'etica e le filosofie nei piccoli grandi conflitti che coinvolgono chiunque nella quotidianità, anche se non si dovesse mai verificare una vera e propria colluttazione fisica.

Lo scenario descritto non assomiglia forse ora più molto ai vecchi cartoni animati giapponesi (ce ne fossero oggi di così dignitosi come un tempo!) o ai film di Bruce Lee, ma siamo certi che il valore aggiunto sia notevole rispetto ad essi, e che le vette e le profondità dell'AIKIDO siano più che mai attuali per chiunque decida di avventurarsi con passione e determinazione su questo affascinante cammino.

Da tempo è ormai on-line un Blog che si occupa di informazione, dialogo e confronto sull'AIKIDO, coinvolgendo le varie Realtà che ne patrocinano la pratica nel nostro Paese, lo potete trovare all'indirizzo "[www.aikime.blogspot.com](http://www.aikime.blogspot.com)".