



## Sport olimpici

### Taekwondo, judo e karate danno anche «medaglie»

Le arti marziali legate al combattimento che sono diventate sport olimpici sono sei. Oltre a tre discipline orientali, quali karate, taekwondo e judo, comprendono lotta, pugilato e scherma. «La lotta ha diverse analogie con le discipline orientali in cui si combatte corpo a corpo, come il judo, l'aikido e il jujitsu — dice Beltrami —. Non prevedendo l'uso di colpi, la lotta si concentra su prese, controlli e atterramenti, sviluppando diversi tipi di forza e di resistenza che

non si possono ottenere in altri sport. La boxe, oltre ad essere uno sport da difesa personale, è pure uno sport da combattimento. L'odierna scherma è uno sport occidentale, erede delle arti marziali europee di spada, mutate nel corso degli anni. Uno dei grandi benefici dati dalla pratica di questa disciplina è la visione di insieme: ogni parte del corpo avversario deve essere tenuta sottocchio per intuire e quindi anticipare i movimenti».

**A.S.**