

Judo

italiano

*Il futuro è
già qui?*





Foglio informativo a cura dell'Associazione Judo Italiano

Foglio spedito via mail a tutti i soci e a tutti coloro i quali ne facciamo richiesta specifica.

Le foto sono di Pino Morelli

La foto di copertina sono di IJF

Hanno collaborato a questo numero:
 Giancarlo Bagnulo
 Emanuele Di Feliciano
 Fabio Della Moglie
 Ylenia Jacomi
 Pino Morelli
 Gianluca Nirchio
 Federica Pasqualini
 Emanuele Perini
 Fabio Tuzi



www.judoitaliano.it
info@judoitaliano.it
FB: judoitaliano

Febbraio 2016



Editoriale	5
Luciano Di Palma	
Tris di medaglie 2016	6
Tbilisi Grand Prix	
Il futuro è già qui?	8
Fabio Basile	
CSEN Stage	10
Dove vivono le arti marziali	
La festa	13
CSEN STAGE	
Gli ospiti d'onore	16
CSEN STAGE	
In ricordo di Pellicone	18
La statua e il monumento all'interno del Centro	
L'agonismo sfrenato	20
Fabio Della Moglie	
ACSI avanti tutta!	22
ACSI	
Stage Internazionale	24
ACSI STAGE	
ACSI Stage d'Italia	30
ACSI - Il progetto condivisione	
8 Trofeo Giovani Samurai	34
Judo Club Sakura Osimo	
Miti di sfatare	36
Stefania Ortensi	

JUDOKA

Nuovi Arrivi



Maglia Tokyo
Cotone Bianco
100%
€ 15,00

Made in Italy



www.budoitalia.it

Abbonamento a “Judoitaliano”

Continua il successo di JUDO italiano presso tutti i judoka che lo ricevono, molti ci contattano e molti si iscrivono, moltissimi aggiungono mi piace sulla nostra pagina FB. Ma la gestione e la produzione della rivista ha dei costi che stiamo cercando di minimizzare e per questo vi ribadiamo l'offerta di un abbonamento annuale ad un prezzo veramente irrisorio: 10,00 Euro l'anno, per 10 numeri pieni di informazioni e di servizi dedicati solo ed esclusivamente ai soci.

Per abbonarvi e ricevere ogni mese la rivista potete pagare tramite PayPal, o carta di credito, utilizzando il pulsante che si trova nel sito: www.judoitaliano.it

Grazie a Tutti per il sostegno che vorrete offrirci.

Massima efficienza informativa (da parte nostra) col minimo sforzo economico (da parte vostra)

Editoriale

Luciano Di Palma

Arrivo in ritardo nettissimo a scrivere il ricordo che ho di Luciano Di Palma; non si sarà certo adombrato, la posso dare per certo. A lui non piacevano le smancie e il dover stare sotto i riflettori. Devo dire, trascorsi due giorni del mio intervento al cuore, che seppi da Alessandra Di Francia era nel mio stesso ospedale per assistere ad un rito funebre. Non ci feci caso, invece sperai che venisse a cercarmi per darmi buone notizie riguardo al judo. Solo dopo qualche tempo, una volta uscito dall'ospedale, seppi che il rito funebre era di Luciano Di Palma. Ancora una volta ero arrivato in ritardo. Adesso che posso scrivere, anche pur facendo fatica ed interminabili errori, ho deciso di scrivere cosa mi ha lasciato Di Palma come maestro.

Il primo incontro non fu simpatico, si può dire. Eravamo stati avvertiti che un nuovo insegnante sarebbe venuto da noi, a i Monopoli Judo, e stavamo aspettandolo impazienti; si presentò un tipo magro, con la barba, non mi sembrava avesse una borsa per contenere in judogi. Forse ci mise un attimo per salire le scale, andare negli spogliatoi e ricomparire sul tatami; e noi stavamo commentando di questo quando si parò davanti in posizione di saluto. Il saluto, senza una presentazione, e via di randori. Lui contro tutti noi. Stavamo zitti sull'attenti in piedi senza fiatare aspettando ci toccasse il nostro turno. Dalla cintura colorata fino alle cinture nere. Finita questa pratica, eravamo molti all'ultimo turno in palestra, piegamenti e addominali. Saluto. Una settimana fece così, tra lotta a terra e randori, senza dire una parola all'infuori del saluto. Dopo una prima settimana ci fu una lezione come tutti l'avevano sognata, studio dell'Uchi Mata. Luciano era instancabile sul tatami, ed era d'aiuto a tutti, nessuno escluso, e le sue lezioni trascorrevano veloci e il più delle volte sforavano l'orario di uscita. Ed è stato Luciano a spiegarmi che non si è mai vinti, ed era tanto necessario imparare dai propri errori. Così mi insegnò ad andare oltre e a non fermarmi mai. E per tutto il tempo che ebbi come insegnante ai Monopoli, l'unico desiderio fu di diventare insegnante come era lui per me. Ti sapeva dar coraggio, trovava sempre una soluzione, aveva sempre un proposta da farti valutare. Di carattere duro e forte se ne fregava delle convezioni, e tagliava corto con ogni tipo di discorso che aveva che fare col judo, parlato solamente, il judo accademico; aveva un tipo solo di risposta: entra e dimostramelo. Ma questo non deve far pensare che era un tipo burrascoso, tutt'altro. Era uno che conosceva profondamente il judo ma non gli andava di stare ad ascoltare tutti quelli che venivano a teorizzare il judo. Era un tipo duro, quasi scontroso, dunque, ma con un cuore per i suoi allievi enorme. Luciano era il judo nel vero senso della parola. Il mio ricordo ancora rimane vivo con queste sensazioni e stiamo parlando di quaranta anni fa.

Mi verrebbe da dire: Lucià, me rispieghi uchi mata.

Dino Morelli

Tris di medaglie italiane

Grand Prix Tbilisi.

di Ylenia Giacomi

foto International Judo Federation

Ottimi risultati per la nostra nazionale a Tbilisi grazie a una medaglia per ogni colore, conquistate da: Odette Giuffrida (-52), Edwige Gwend (-63) e Fabio Basile (-66).

Peccato per Valentina Moscat e Domenico di Guida che si sono fermati rispettivamente al settimo e al quinto posto, la loro partecipazione alle Olimpiadi di Rio rimane quindi ancora molto incerta.

Il risultato di Basile invece lo avvicina sempre di più al sogno olimpico, trovandosi però anche in lotta con Verde suo compagno di categoria. Con questo secondo posto, Fabio Basile è salito per la prima volta sul podio di un Grand Prix,

arrivandoci dopo un'ondata di successi. Ricordiamo infatti un ottimo settimo posto al Grand Slam di Parigi e la vittoria dell'African Open di Casablanca. In ascesa quindi il judoka 21enne che con il suo judo offensivo si sta facendo apprezzare sempre di più anche dal pubblico.

Un primo posto conquistato con i denti invece per la grandissima Odette Giuffrida, che ha dimostrato di essere più forte anche della febbre. Una vittoria desiderata e meritata per questa campionessa che ai Grand Prix precedenti aveva sfiorato l'oro con due finali perse e due terzi posti. Un 2016 di successi per lei dopo l'incoronazione all'European Open di Roma e il bronzo del Grand Prix de L'Avana. Ormai per la judoka





romana Rio è nel mirino. Edwige Gwend porta al collo un bronzo prezioso, conquistando punti importanti per i Giochi. La judoka delle Fiamme Gialle non si smentisce e replica il risultato dell'anno precedente, anche se puntava all'oro, il risultato è comunque di tutto rispetto. Edwige è una certezza ormai per il judo italiano e lo dimostra che questa sia la settima medaglia in un Grand Prix.

Purtroppo negli 81 kg, Antonio Ciano è stato eliminato al secondo turno ed Enrico Parlati con Andrea Regis sono usciti al primo dei 73 kg.

La prima posizione nel medagliere l'ha conquistata l'Olanda, che ha piazzato sul podio ben 5 atleti su 8: 3 medaglie d'oro e 2 d'argento hanno fatto salire i Paesi Bassi in cima alla competizione.





Il futuro e già **Qui?**

Non sarò certo io a farvi scoprire Fabio Basile ne vorrei tediarvi a raccontarvi quanto sia bravo. Io, almeno, l'ho scoperto quando batté il finale, due Assoluti fa, Elio Verde e fece quel gesto che fece azzittire i suoi fans, per rispetto al campione, che era stato battuto. Mi saltò in mente con quanto fatto da Geensink con Kamina-ga nella finale Olimpica di Tokio del '64.

Fu un bellissimo gesto e questo mi colpì molto. Ma io vorrei parlavi dei suoi De Ashi Barai. Non il gesto tecnico, che ognuno andrà sviscerare come meglio crede, ma della semplicità del gesto, dell'armonia nella quale il De Ashi è in simbiosi con passi dell'avversario. Ora, lo sappiamo tutti, e il De Ashi può essere bello, spettacolare o un calcione. Anche il modo di distrarre, pur perentorio, l'avversario. Ora, il De Ashi Barai, del nostro atleta è tirato per andare buon fine, non c'è verso. È solo un piccolo passo che può provocare grandi danni. A piccoli passi si è presentato pure lui e sempre a piccoli passi sta scalando la vetta, enormemente insidiosa, della ranking. Questo bravissimo ragazzo è una certezza per la quale, secondo me, potremmo

costruire la nuova ossatura della futura nazionale. Ha già molta esperienza conquistata sul campo e i tatami internazionali mi sembra che gli diano una carica il più. A seconda delle voci c'è che l'accusa di essere un guascone, di darsi troppe arie, di guardare l'avversario con superficialità. Ora, ci siamo dimenticati di quando eravamo giovani noi; bastava un garetta da una medaglia, di ogni tipo di colore, e già ci sentivano come lui - e non stiamo parlando del tetto del mondo. Alla sua età ci sta a montarsi la testa per i successi ottenuti ma bisogna dire il che sul tatami e sempre rispettoso, sia degli avversari che per gli arbitri. Ma se è una "testa calda", come tutti sostengono, dobbiamo avere fiducia nello staff della nazionale che, sono sicuro, sapranno come farlo ragionare. Ma poi, a me, non dispiace che sia di "tono" perché denota un certo carattere che sui tatami internazionali non guasta.

Ripensando al suo da ashi barai mi viene da commentare, parafrasando un'astronauta: un piccolo passo per l'umanità ma un grandissimo passo verso il futuro dalla nostra nazionale.

Facci sognare piccolo Fabio.

Due giovani alla corte di grandi

Sembra quasi ci sono cascati lì per sbaglio in mezzo a quel podio. Anzi, sembra che ci sono quasi capitati per caso su quel tatami in Kazan. Anzi, sembra una favola di quelle si raccontano ai bambini per farli addormentare... In una città, chiamata Kazan, vi si trovarono due judoka italiani. Invece nulla di questo; ci sono i sacrifici di due ragazzi che hanno creduto ai loro sogni. Sacrifici dei quali non è bene parlare, a volte, specialmente per due giovani talentuosi che hanno l'unica sfortuna di interrompere, una carriera benché solida, ma avviata ad una logica fine. Ma il tempo non si ferma, col tempo dobbiamo farci i conti tutti, quelli già presenti e anche quelli che arrivano. A me sono rimaste impresse le espressioni dei due; sugli gradini del podio vedevi facce accigliate con un grugnito di soddisfazione per aver preso la medaglia, barba incolta con evidenti segni sul viso, roba da duri, mentre loro, facce pulite quasi sorridenti, come dire: "Scusate, ma ci fate posto". Ma è diversa la storia, noi lo sappiamo. Non si arriva al podio europeo se non si hanno quelle qualità intrinseche che ti permettano di sapere decidere. Lì hai voglia di ascoltare i consigli del tecnico, ma se tu non hai polso, non sei in grado di decidere in tempo per l'attimo che fugge, questo può far la differenza tra una medaglia e meno. Questo risultato va oltre una medaglia ben meritata. Penso la cura Murakami stia già dando i suoi primi frutti, almeno in relazione all'ambiente che si respirava con il passato.



JUDOKAO

Abbiamo capito che se vogliamo andare avanti con il nostro giornale, come voce libera del judo italiano, dobbiamo attingere a fondi diversi che non siano solo gli abbonamenti. Così abbiamo ideato questo marchio dedicato a tutti coloro che vivono il judo e abbiamo creato alcuni gadget sperando che vi piacciono. Grazie a tutti per il sostegno che vorrete darci.

T-Shirt



Portachiavi



Magneti



Informazioni: info@judoitaliano.it

Csen Stage

Dove vivono le arti marziali

Molti i Maestri che hanno dato prestigio con le loro lezioni seguitissime dai molti amanti di ogni disciplina.

di Debora Zamillo
foto Emanuele Perini

Edizione record per lo Stage Internazionale di Judo e discipline associate "Norcia 2016" che, in occasione dei 40 anni di attività dell'Ente, ha superato se stesso per lezioni proposte e numero di partecipanti. Quasi 800 le persone presenti, tra atleti, tecnici, graduati, esaminatori, arbitri, presidenti di giuria e Maestri, provenienti da tutta Italia e dall'estero. Durante i tre giorni della manifestazione, che si è svolta dal 1° al 3 aprile, ad alternarsi sul tatami sono stati prima di tutto il Judo, disciplina principe dello Stage, ma anche il Ju Jitsu, l'Aikido, il Kung Fu, il Combat, il Jeet Kune Do, il Tai Chi, il Muay Thai, il Kali Kalasag, il Sanda, la Difesa Personale WKK, il Combat, lo Zen, l'Aero gym combat, fino ad arrivare al Katori Shinto Ryu, al Kyokushin Budokai e alla Psicologia sportiva. Atleti di tutte le età e di tutti i livelli hanno potuto scegliere tra le attività di un





ricco programma che prevedeva lezioni didattiche, studio della tecnica, combattimenti, competizioni ed esami. Per un evento che, ormai giunto alla 16^a edizione, riesce ogni anno a portare numerosi atleti, grandi e piccoli, appartenenti a discipline marziali diverse ma con molti punti in comune, in un'unico, splendido luogo, e a fornire loro grandi momenti di confronto e crescita, sia tecnica che personale. Un appuntamento nel quale, oltre al relax, al divertimento e alla convivialità offerti dalle strutture alberghiere e dalla città di Norcia stessa, ogni appassionato delle arti marziali ha l'opportunità di conoscere grandi Maestri e di allenarsi con professionisti di grande calibro, oltre a sperimentare e conoscere discipline marziali diverse.

Le lezioni più attese, oltre che le più partecipate, sono state gli allenamenti di Judo tenuti dal Campione del mondo M^o Toshihiro Takezawa, dal docente del Kodokan di Tokyo M^o Tetsuya Yabe e dalla medaglia di bronzo all'European Cup M^o Takeru Sato. Novità dell'edizione, il Gran Galà di Arti Marziali ha rappresentato un nuovo momento di svago e condivisione, in grado di proseguire il sabato sera dopo la cena a base di prodotti tipici, culminata con la splendida torta dedicata ai 40 anni dello Csen entrata in sala accompagnata da fiaccole e rulli di tamburi. Lo show, tenutosi sempre al Palasport Salicone, ha permesso alle varie discipline e ai vari Maestri presenti di esprimersi in modo diverso dalle lezioni tecniche e didattiche del giorno, portando sul tatami brevi esibizioni, accompagnate dalla musica, cariche di emozione e significato, in grado di trasmettere al pubblico tutta l'es-

senza dell'arte marziale rappresentata. Grande momento tecnico è stato quello dedicato ai passaggi di cintura e alle qualifiche che, grazie alla Commissione d'esame Csen Nazionale composta dal Presidente Nazionale Prof. Francesco Proietti, insieme al M^o Francesco Romani, a Fabrizio Paffarini, Denis Voltolina, Nicola Di Staso e Ruggero Parente, ha visto anche il rilascio di alcuni diplomi di qualifica d'eccellenza certificati ISO 9001 e validi a livello europeo. Per lo svago, oltre alle piscine, ai centri benessere, ai campi da calcetto e a tutti i servizi offerti dalle strutture alberghiere ospitanti, il Settore Olistico Nazionale Csen ha messo a disposizione trattamenti di massaggio gratuiti per tutti i partecipanti.





ti, atleti e accompagnatori, che hanno apprezzato largamente l'idea di affiancare allo sport e alla fatica momenti di vero benessere e cura del proprio corpo.

L'appuntamento, patrocinato dal Comitato Csen Umbria, da quello di Terni, dalla FIJLKAM Umbria, dalla Provincia di Perugia e dalla Regione Umbria - che hanno rinnovato il loro massimo appoggio - si è confermato nuovamente come uno degli appuntamenti di maggior rilievo dell'Ente. Il Presidente Nazionale Csen in persona, presente nella giornata di sabato, ha con grande piacere ringraziato l'organizzatore e Coordinatore Nazionale del Settore Judo M° Franco Penna per il grande lavoro svolto, in grado di convogliare in un'unico appuntamento tanti settori su cui il Centro Sportivo Educativo Nazionale punta particolarmente, orchestrandoli sapientemente in un evento di altissima qualità. Ma poichè un'evento di tale portata è in grado di dare ottimi risultati solo grazie al lavoro di una grande squadra, premiazioni e ringraziamenti ufficiali sono andati anche ai Presidenti Umbri Fabrizio Paffarini e Giuliano Baiocchi, alla Coordinatrice Nazionale del Settore Karate e rapporti con la FIJLKAM Delia Piralli e a tutti docenti presenti.

Con grande partecipazione, entusiasmo ed apprezzamento, si è concluso quindi anche per il 2016 l'appunta-

mento che si delinea sempre di più il filo conduttore delle principali manifestazioni di Judo e arti marziali organizzate durante l'anno, grazie alla sua grande capacità di incarnare la missione dell'Ente: quella di offrire occasioni per educare, confrontarsi e crescere attraverso lo sport, con grandi Maestri ma anche grandi persone, sempre a disposizione di tutti coloro che vogliono imparare.











In queste foto il Presidente dello CSEN premia le star del judo per aver partecipato a questo stage, molto amato dai judoka per scelta qualitativa del corpo isengnate







Il Presidente Pellicone è stato un sognatore. Ma di quelli che bisognava aver paura. E sì, perché il suo sogno se lo è coltivato e poi l'ha realizzato alle grande; un sogno da trasmettere alle nuove generazioni perché diventi spinta par andare avanti, per non mollare mai, perché c'è sempre un sogno da realizzare. Sono convinto che il Presidente sapeva che non sarebbe stato immortale ma da questa convinzione scaturisce un'altra grande verità: il bene voluto ai suoi atleti. Il Centro Olimpico nasceva per loro. Per lui, che quasi di nascosto, andava vederli allenare ogni volta che aveva un pò

In queste foto alcune fasi della cerimonia.
Sopra: La moglie del Presidente Pellicone svela al pubblico la statua con il monumento che rappresenta la tre discipline della FIJLKAM



In ricordo di Pellicone

E' stata svelata, dalla moglie Marina, la statua del Presidente Pellicone e del suo monumento alle attività sportive della FIJLKAM. Con la sua opera e caparbità ha avuto un sogno che ha realizzato: il Centro Olimpico Federale. Chi meglio di lui vigilerà?

di tempo libero, c'era la soddisfazione che aveva dato una casa ai suoi atleti; non una buia cantina come molte volte c'eravamo abituati ma una palestra vera, spaziosa, dotata di tutti i confort, una palestra dove un ragazzo della sua nazionale poteva chiamarsi dignitosamente atleta. Il mio ricordo è di un Presidente schivo, non incline a mettersi in mostra ma duro quando doveva assumere decisioni importanti, soprattutto quando riguardavano i suoi atleti. Pellicone ha lasciato un patrimonio un ben più importante di un centro Olimpico, a pensarci bene, ci ha lasciato un modo di pensare al futuro al di là di noi.

Anche tra le autorità che hanno ricordato Matteo Pellicone tutti hanno attestato come fosse carparbio e irremovibile sulla costruzione della sua casa per gli atleti. L'attuale Presidente, Dott. Domenico Falcone, ha tracciato la figura e linea di vita di Pel-

licone, tutta una vita spesa per la Federazione e i propri atleti e quel sogno che non doveva mai finire. Tra gli altri interventi quello di Presidente del CONI che ha ricordato Pellicone per l'amicizia che li legava e un profondo rispetto personale e professionale. Evic Galea ha ricordato come ha conosciuto Pellicone e quanta strada hanno fatto in campo internazionale. Infine ha parlato Giuseppe Pellicone che ha ricordato gli albori di avventura intrapresa con il fratello e prattarsi fino alla sua scomparsa. Va ricordato, per la stretta partecipazione emotiva, che ci tutti commosso, in ricordo di Livio Toschi. Storico della FIJLKAM e amico del Presidente che con lui ha condiviso un sogno, quello del Museo FIJLKAM dell'House of Fame.

Ciligina sulla torta, per la sua casa per i propri atleti, che non poteva mancare.



L'agonismo sfrenato

Il diritto si focalizza sulle dinamiche di combattimento che nel corso del randori - per tattica, impeto e "mestiere" - ostacolano il confronto al punto da ledere l'incolumità dell'avversario.

Di Fabio Della Moglie

Gli appuntamenti natalizi di Pomigliano d'Arco, Bardonecchia e Lignano Sabbiadoro hanno visto i nostri migliori atleti impegnati nelle tradizionali giornate dedicate al randori. L'osservatore esterno avrà notato come l'ardore agonistico e l'imperituro desiderio di vittoria inducano spesso il judoka a travisare il senso proprio di quegli allenamenti e ad adottare condotte e strategie che sono per lo più finalizzate a condizionare gli avversari in vista delle successive competizioni ufficiali.

Ebbene, l'odierna analisi di diritto si focalizza sulle dinamiche di combattimento che nel corso del randori - per tattica, impeto e "mestiere" - ostacolano il confronto al punto da ledere l'incolumità dell'avversario. Ci si chiede in particolare quali siano le regole legali d'ingaggio da osservare durante il combattimento e se un atleta può rispondere civilmente e penalmente dell'infortunio che abbia cagionato al proprio contendente in forza di un'azione che travalica le regole disciplinari e di contesto.

Il caso di specie riguarda un tentativo di proiezione in suwari kata guruma con presa incrociata, bloccato da una difesa Go estremamente aggressiva. Uke, preso sul tempo, piuttosto che accettare la proiezione e/o provare a girare in volo, decide di arrestare di forza l'azione di Tori, infliggendogli volontariamente una violenta ginocchiata al costato, produttiva della frattura di due costole.

In via preliminare, al fine di tracciare i limiti di comportamento da adottare durante il randori è necessario risalire alla fonte normativa che stabilisce quali siano le regole e/o i principi ad esso applicabili.

Il termine randori compare nell'ambito del progetto tecnico federale 2015 relativo all'attività giovanile, laddove viene stabilito: "Il RANDORI DAY "ha la finalità di aggregare i giovani Judoka attraverso un allenamento collettivo che li porti a maturare nuove esperienze e, progressivamente, ad affrontare le questioni relative al pre-agonismo e quindi all'agonismo puro. Nel TACHI-WAZA vengono considerate azioni proibite le stesse azioni considerate tali nell'attività formativa propedeutica alla competizione, riservata alle classi fanciulli e ragazzi".

Il progetto FIJLKAM attribuisce al randori intenti di promozione delle azioni di judo positivo, di prevenzione degli infortuni e di problem solving, favorendo negli atleti

l'implemento delle capacità di gestione delle "situazioni" tipiche del combattimento. La sua portata educativa e sociale, unita ai valori di crescita virtuosa sotto il profilo tecnico e psicofisico degli atleti, va senz'altro estesa alle classi maggiori, per le quali restano proibite le azioni non ammesse in sede di gara.

Accanto ai principi generali sopra esposti, l'inquadramento comportamentale del randori lo si ricava dal significato tradizionale. Ran traduce la confusione, Dori il controllo, la padronanza, il ridurre a quiete. Randori dunque, con qualche licenza, può essere tradotto come "caos calmo". Una contraddizione in termini tipica della tradizione orientale (yin yang, ki-to), che richiama il contrasto tra ciò che l'atleta vede all'esterno e ciò che, ordinatamente, il suo spirito dovrebbe compiere nell'affrontare quell'esperienza: ricercare l'ippon, liberare il corpo, renderlo creativo, stemperare le paure connesse all'attribuzione di un punteggio, bandire tattiche ed ostruzionismi tipici della gara che sono da ostacolo alla miglior gestione della propria energia (seiryokuzenyo), al confronto costruttivo, al reciproco miglioramento ed al concetto di altruità (Jitakyoei). Conclude la disamina la Corte di Cassazione che, rileggendo in chiave moderna il concetto di randori, ha statuito che esso debba consistere nello "studio reciproco dei colpi e delle tecniche sportive, per un complessivo miglioramento e coordinamento dei movimenti propri della disciplina praticata"...omissis...richiede sempre nel comportamento dei contendenti un maggior controllo dell'ardore agonistico ed una prudenza diretta a non arrecare pregiudizi fisici all'avversario, specie allorché si fronteggino atleti di diversa esperienza e capacità". Di qui la differenza con lo shiai, caratterizzato dalla "specifica finalità di dominare l'avversario, attraverso l'utilizzo di ogni movimento e colpo - sportivamente consentito - idonei a renderlo inerte".

In termini pratici, l'atleta deve dunque utilizzare il randori come mera opportunità di sperimentazione - sia in attacco che in difesa - di modo che, ove l'avversario esegua efficacemente una tecnica, non debbano esservi ragioni per impedire violentemente che la stessa porti ad un ippon che formalmente non verrà mai assegnato. Ora, se è vero che negli sport di combattimento, definiti dalla giurisprudenza "a violenza necessaria" (es. box, judo, taekwondo, etc.) vi è un teorico innalzamento del

rischio di infortuni che porta ad accettare in maniera fisiologica che essi possano verificarsi, va comunque evidenziato che il fatto lesivo “non può e non deve mai essere conseguenza di colpi inferti per dolo, come, per esempio, nei casi in cui l’esercizio dello sport divenga solo l’occasione per ledere volontariamente l’avversario ovvero per l’esplicazione di una violenza eccessiva, ulteriore a quella c.d. “di base” necessaria per lo svolgimento dello sport”.

L’atleta che abbia inferto all’avversario una lesione in forza di un’azione incompatibile con l’evento randori ed inconciliabile con i principi disciplinari del judo e con la linea naturale di rischio della pratica non può dunque andare esente da responsabilità, invocando a propria discolpa (c.d. causa di giustificazione) di aver agito nell’esercizio dell’attività sportiva, atteso che egli è sempre tenuto a bilanciare il proprio comportamento alle circostanze e all’avversario che fronteggia, nel rispetto delle norme generali di prudenza e delle regole tecniche della disciplina praticata.

Va da sé che ove sia evidente, nel corso del randori, la

volontà di cagionare un danno all’avversario, attraverso un’azione che viola le “regole di gioco” ed il grado di irruenza richiesta durante l’allenamento (es. azioni di trazione/torsione spropositata nei kansetsu, di persistenza eccessiva dello shime, di percussione con le ginocchia nei gaeshi), l’atleta risponderà del reato di lesioni che abbia provocato all’avversario, con obbligo al risarcimento del danno nei suoi confronti.

In conclusione, da quanto innanzi argomentato è possibile ricavare la seguente massima:

L’atleta è penalmente e civilmente responsabile delle lesioni provocate all’avversario durante il corso del randori, laddove l’azione del primo, posta in essere con l’intento di ledere, travalichi le regole tecniche e/o di cautela richieste dall’evento e dal grado di preparazione dell’avversario

Avvocato
Istruttore FIJLKAM c.n. 5° dan Judo
docente federale
consulente FIJLKAM Campania sett. JUDO

JUDOKA

Nuovi Arrivi



Maglia Ippon
Cotone Bianco
100%
€ 15,00

Made in Italy





Il rispetto della tradizione e delle radici delle discipline che trattiamo e la qualità tecnica delle stesse, sono i pilastri fondamentali del nostro progetto di crescita. ACSI “avanti tutta” !

ACSI “Avanti Tutta” !!!

Tra poco più di un mese daremo il via alla nuova edizione di Mondofitness, dal 08.06.2016 al 11.09.2016, per curare il Settore Arti Marziali e Sport da Combattimento.

Dopo 100 giorni, nella passata edizione 2015 di Mondofitness, si sono registrati numeri da record di partecipazione e di presenze. Cifre da capogiro (circa 400.000 ingressi) nel corso dei quasi tre mesi di apertura, di cui 100.000 hanno inoltre fatto attività nelle diverse aree del Villaggio che è ormai considerato la “palestra a cielo aperto” dell’estate romana: Spinning, Rowing, Striding, Fitness, Beach-volley, Piscina Spettacoli e molto altro!

Ce n’è per tutti i gusti!

L’area Arti Marziali e Sport da Combattimento di circa 1.000 metri quadri, patrocinata dall’ACSI, è composta

da quattro aree Tatami 10x10 coperte da tensostruttura, più un Ring professionale 6x6 scoperto utilizzato per lezioni e galà



di pugilato/Kick Boxing.

Tante le novità e le conferme dei circa 25 corsi all'attivo dal lunedì al Venerdì.

Tra questi ricordiamo:

SCHERMA STORICA, SANDA', KRAV LAB DIFESA PERSONALE, MUAY THAI, JU JITSU FIGHTING SYSTEM, JU JITSU TRADIZIONALE, AIKIDO, KRAV MAGA, FULL CONTACT, KICK BOXING, MMA, JUDO, TAE KWON DO, BRASILIAN JIU JITSU, WING TCHUN, K1, KARATE, ESCRIMA, KUDO, GRAPPLING.

Vasta anche la programmazione di Stage, Seminari ed Eventi di Arti Marziali, Pugilato e Sport da Combattimento il sabato e la Domenica.

L'ingresso al villaggio per coloro che non devono praticare nessuna attività e sono semplicemente curiosi di visitarlo è gratuito. Il villaggio, ampio quasi 3 ettari, è aperto tutti i giorni dalle 09.00 del mattino, con la possibilità di usufruire della sala pesi, dell'area beach e della piscina. Tutte le lezioni si svolgono invece dalle 19.00 fino alle 24.00.

Non mancano ovviamente docce, bagni ed aree ristoro!!

PER INFO E RICHIESTA DI SPAZI
CONTATTARE IL RESPONSABILE
AREA GIANLUCA NIRCHIO
338.52.59.355

oppure tramite Mail a gianir@libero.it



Stage Internazionale

2° Campionato Nazionale di Ju Jitsu

Lo Stage Internazionale e il 2° Campionato Nazionale di Ju Jitsu, hanno visto la partecipazione di circa 350 atleti, giovani e meno giovani, che hanno con i loro accompagnatori affollato il capiente e accogliente PalaMariotti.

Sabato 16 e Domenica 17 aprile a La Spezia, presso il Palasport G. Mariotti, l'ACSI (Associazione di Cultura, Sport e Tempo Libero), sotto la direzione organizzativa dell'Accademia Arti Marziali del Maestro Sauro Soliani, ha dato vita a due giorni di Sport di altissimo livello tecnico. I due eventi, quello tecnico. Lo Stage Internazionale e quello agonistico: il 2° Campionato Nazionale di Ju Jitsu, hanno visto la partecipazi-



17 APRILE 2016
La Spezia
città europea dello sport 2016

2° CAMPIONATO NAZIONALE A.C.S.I.
JU-JITSU

// gara valida punteggio cinture nere //

柔術

INFO:
PRESSO PALAMARIOTTI - VIA DELLA PIANTA - LA SPEZIA
INIZIO COMPETIZIONE ORE 08:00
LA MANIFESTAZIONE È APERTA A TUTTI GLI ATLETI TESSERATI CON FULKAM
ED ENTI DI PROMOZIONE SPORTIVA IN CONVENZIONE CON LA STESSA
L'iscrizione deve pervenire al seguente indirizzo e-mail
acsicamp_nazionale@libero.it
entro e non oltre venerdì 8 Aprile 2016

Contatti telefonici: Sauro Soliani 329 561562

PEG
DES
IGN

one di circa 350 atleti, giovani e meno giovani, che hanno con i loro accompagnatori affollato il capiente e accogliente PalaMariotti.

Durante lo Stage Internazionale si sono succeduti sul tatami la Maestra di nazionalità nipponica Keiko Wakabayashi 8° dan dello stile tradizionale Kashima Shin Ryu e di Aikido; il

ACADEMIA ARTI MARZIALI LA SPEZIA



Maestro Fernand Capizzi 6° dan di Ju Jitsu e membro della Commissione Tecnica Francese; il Maestro Giancarlo Bagnulo 6° dan e Presidente Nazionale Commissione Tecnica Fijlkam JJ (Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali); il Maestro Gianfranco D'oca 7° dan di Ju Jitsu e responsabile in ACSI del settore; il Maestro Quintino Schicchi 6° dan Ju Jitsu e fiduciario Fijlkam della Regione Liguria e il Maestro Sauro Soliani 6° dan JuJitsu, responsabile del Ju Jitsu ligure nell'Acsi già Stella di Bronzo al merito sportivo.

Durante lo Stage i partecipanti hanno potuto

apprendere dai vari Docenti tecniche che hanno spaziato da quelle prettamente agonistiche a quelle di autodifesa, passando per lo studio dei principi fondamentali della tradizione guerriera giapponese.

Ospiti dello stage gli atleti campioni del mondo francesi Jean-Jacques e Dominique Beovardi, che hanno coadiuvato il Maestro Capizzi e regalato ai partecipanti alcune pregevoli esecuzioni di sequenze del Duo System e Duo Show. Il 2° Campionato Nazionale ACSI svolto la domenica con il supporto logistico dell'Associazione Nazionale Alpini ha visto la





Partecipazione di 282 atleti: il più giovane Gabriele 4 anni, il meno giovane 65 anni Moreno, entrambi dell'Accademia Arti Marziali La Spezia. Grande emozione per l'inno di Mameli magistralmente eseguito dalla cantante lirica Cristina Loddi. A rappresentare il Comune della Spezia era presente l'Assessore alle attività produttive Corrado Mori.

Grande agonismo e sportività durante tutta la competizione che ha visto confrontarsi i partecipanti nelle tre specialità previste: Settori, Fighting e Duo System.

Spettacolare esibizione di Duo Show dei Campioni Francesi, i gemelli Jean-Jacques e Dominique Beovardi provenienti dalla Corsica, che hanno anche vinto la loro categoria nel Duo System.

Altrettanto eccezionale la prova delle due raga-



zze non-vedenti dell'Associazione Nazionale Carabinieri di Caserta Serena Palmieri ed Elisabetta Graziano che hanno disputato la gara di Settori.

Presenti alla gara oltre ai già citati Capizzi, Bagnulo, D'oca anche Alessandro Ponzio, responsabile nazionale giurati Fijlkam e Stefania Bavoso, responsabile nazionale arbitri.

Per l'ACSI presente la Presidente del Comitato Provinciale di Genova D.ssa Roberta Gelli; la direzione di gara è stata curata da Augusto Peghini e Raimondo Sarnella, coadiuvati da Claudio D'Urso.

La manifestazione è iniziata alle ore 9 con gli incontri di stile di Duo System : tecniche di autodifesa programmate e di Settori : tecniche codificate dal programma del Metodo Bianchi. Alle dieci, sono iniziati gli incontri di Fighting System : combattimento con uso di calci, pugni, lotta in piedi e a terra.

Tanti gli incontri con atleti ben preparati e tanti anche i bambini di ogni età che hanno entusiasmato il numeroso pubblico presente.

Al termine della giornata di gara l'Accademia Arti Marziali La Spezia conquistava il primo posto nella classifica per società confermandosi anche in questa occasione società di spicco nel palcoscenico del ju jitsu nazionale.

Di seguito la classifica delle prime dieci società premiate con trofei e coppe: 1^ classificata Accademia Arti Marziali La Spezia punti 331; 2^ classificata Polisportiva Prati Fornola punti 306; 3^ classificata Budo Arashi Club Tortona punti 200; 4^ classificata Unione Sportiva Sestri Ponente punti 142; 5^ classificata L.G. SPORT punti 118; 6^ classificata Associazione Nazionale Carabinieri punti 80; 7^ classificata Space Sport Center punti 54; 8^ classificata Judo Club Sakura Arma di Taggia punti 52; 9^ classificata PLS Napoli punti 50; 10^ classificata Sakura Kai La Spezia punti 50.

**Abbonamento 2016?
Ma per 10 euro non è
necessario fare una
rivoluzione!**





**Quando le foto contano più del
“dare i numeri”!**

**Ju Jitsu Norcia 11- 13 marzo 2016 !
Un grazie sentito al Maestro Livio Proia
organizzatore di questo evento unico nel
suo genere!**





STAGE NAZIONALE ARTI MARZIALI



MONTESIVANO (PE)

**2-5
GIUGNO
2016**

Stage ACSI

Arti Marziali

Anche questo anno la ACSI rinnova il proprio impegno nel mondo delle arti marziali, allestendo la terza edizione dello Stage Nazionale di Arti Marziali, ospitato dalla struttura del Serena Blue Village di Montesilvano.

L'evento, che negli ultimi due anni ha visto un crescendo esponenziale di partecipanti, avrà luogo dal 2 al 6 giugno e vedrà numerosi docenti scambiarsi le aree di lavoro. I tatami verranno calcati dai praticanti delle discipline più disparate, dalle giapponesi Judo, Ju Jitsu, Kobudo, Iaido Aikido, e Karate-do, alle discipline cinesi, quali Tai-Chi e Shuai Jiao che vedrà, inoltre, i propri atleti impegnati nei campionati Europei, senza dimenti-

care il coreano Tae Kwon Do, il sistema di difesa personale israeliano Krav maga, e la Difesa Personale MGA (metodo globale autodifesa). Ma non finisce qui, la ACSI ha infatti messo insieme un corpo docenti internazionale, ed avrà l'onore di ospitare la ormai affezionata Maestra Keiko Wakabayashi che si occuperà del settore Ju Jitsu, il Gran Maestro Chang DaWei per lo Shuai Jiao direttamente dal Taiwan, la Maestra Kayo Mitsuzawa pluricampionessa giapponese



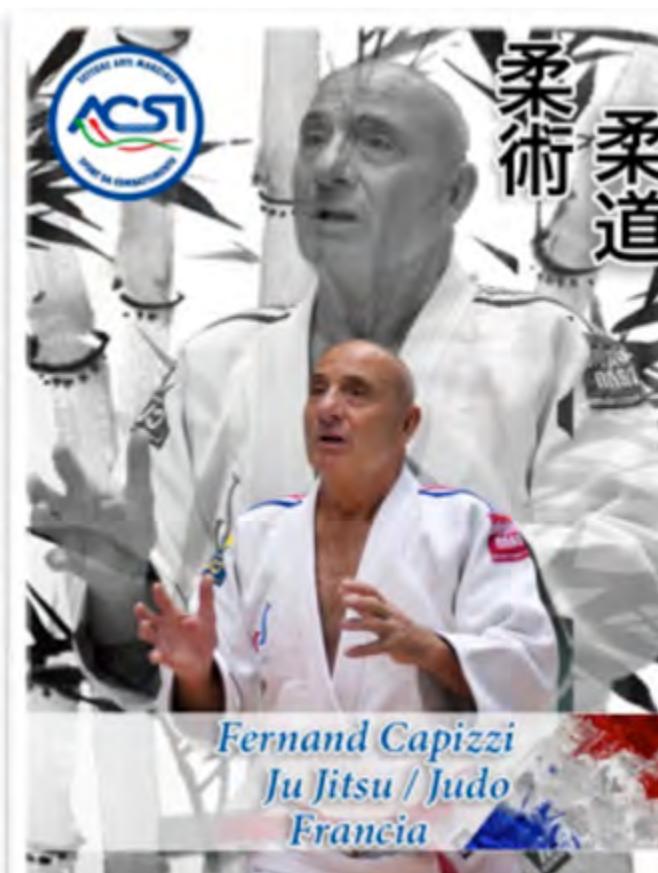


In questa pagina alcuni degli insegnanti che parteciperanno a questo stage

di Karate-do, il Maestro guatemalteco Jorge Arturo Herrera Ardavin della commissione Nazionale di Karate del Guatemala, il Maestro Fernand Capizzi dalla Francia assieme al Maestro Pere Calpe rispettivamente per il Ju Jitsu ed in Tanbo Jutsu che sono ormai parte dello zoccolo duro dei docenti internazionali ACSI, ed il Maestro Tair Nariman della Federazione Russa di Ju Jitsu. In occasione dello Stage Nazionale avranno in oltre luogo come di consueto gli esami di passaggio di grado Dan, che si svolgeranno a chiusura del seminario.

Evento importantissimo concomitante allo stage, sarà inoltre il Campionato Europeo di Shuai Jiao organizzato da ACSI per il Kuoshu, e che vedrà atleti da tutta l'Europa, sfidarsi al fine di arrivare al podio Europeo di questa lotta dalla tradizione millenaria.

Un week end lunghissimo e movimentato attende dunque l'organizzativo ACSI! Noi ci saremo, e voi?





In questa pagina alcuni degli insegnanti che parteciperanno allo stage di Montesilvano





FEDERAZIONE ITALIANA
JUDO LOTTA KARATE
ARTI MARZIALI

WORLD
JUJITSU
FEDERATION

FIJLKAM

WJJF-WJJKO

STAGE
e
OPEN D'ITALIA 2016

INTERNATIONAL
CONGRESS
1976-2016 / 40° anniversario

OSTIA - ROMA
10-11-12 GIUGNO
2016

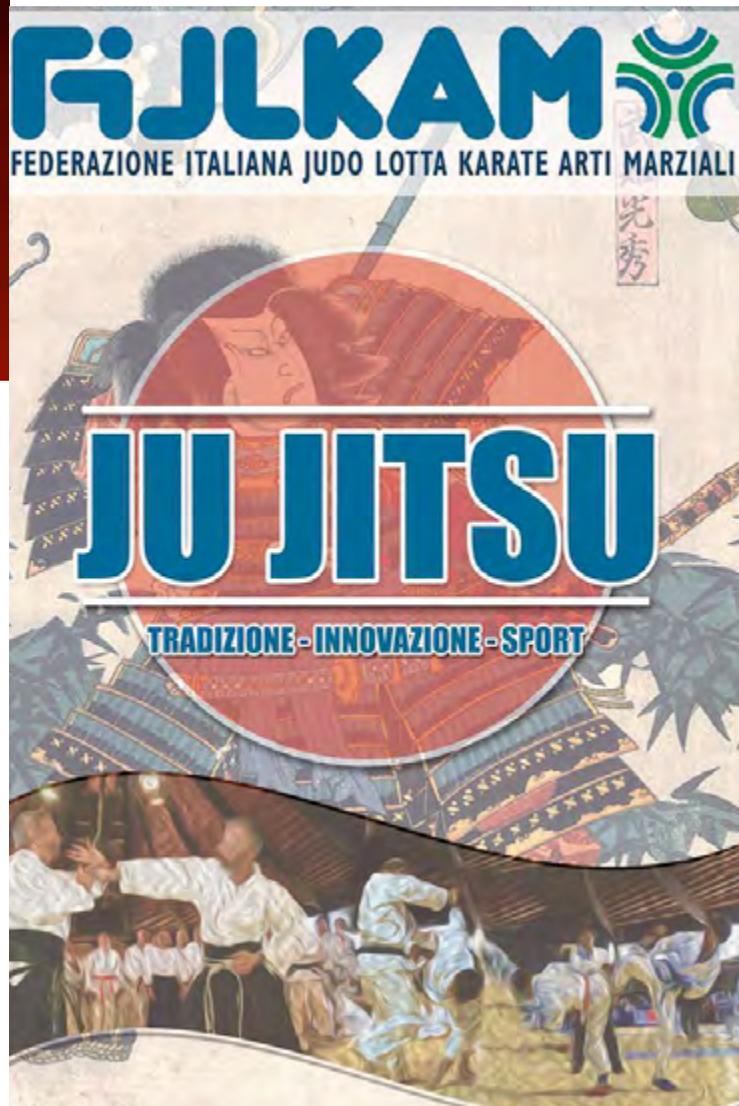
Centro Olimpico
Seminari e Competizioni

JuJitsu Fijlkam

drà la partecipazione di molte realtà nazionali ed internazionali interessate all'attività tecnica e competitiva. L'appuntamento FIJLKAM e WJJF/WJJKO prevederà 3 giornate di lavoro, dal 10 al 12 giugno, e sono attesi oltre mille partecipanti di cui oltre il 30% provenienti da Paesi stranieri.

Il progetto di condivisione con le realtà del JJ italiano e internazionale lanciato nel 2014 dalla FIJLKAM prosegue senza pause anche in questo 2016. A metà giugno il Centro Olimpico ed il PalaPellicone di Ostia ospiteranno il più grande evento degli ultimi anni dedicato alle Arti Marziali ed in particolare al Ju Jitsu.

Il Congresso Mondiale della Wjjf/Wjjko member of Wjj Confederation, recognized by Tafisa (IOC) , il 1° Stage Nazionale FIJLKAM 2016 ed il 3° Open d'Italia di JJ che ve-





Il Judo Club
SAKURA OSIMO o.s.d.

organizzo:



CONI
MARCHE



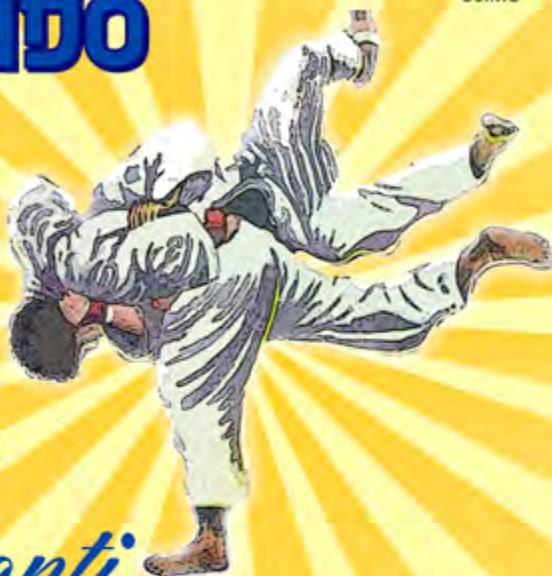
F.I.J.K.A.M.
MARCHE



CITTÀ DI
OSIMO

**8^o TROFEO DI JUDO
GIOVANI
SAMURAI**

Memorial Sardus Trenti



COMPETIZIONE INDIVIDUALE E A SQUADRE M F

BAMBINI, FANCIULLI, RAGAZZI, ESORDIENTI A, ESORDIENTI B, CADETTI, JUNIORES, SENIORES

SABATO 28 E DOMENICA 29 MAGGIO 2016

PALABALDINELLI OSIMO - AN

SABATO 28 MAGGIO ORE 15:30

**GARA INDIVIDUALE
PREAGONISTI**

II PROVA
GRAN PREMIO
GIOVANISSIMI
2016

DOMENICA 29 MAGGIO ORE 09:30

**GARA A SQUADRE
MISTE M F**

RAGAZZI 2006-2005

DOMENICA 29 MAGGIO ORE 09:30

**GARA INDIVIDUALE
AGONISTI**

II PROVA
GRAN
PREMIO
MARCHE
2016

GRAN
PREMIO
I-II-III
DAN



Albo d'oro **TROFEO GIOVANI SAMURAI**

GARA A SQUADRE RAGAZZI

GARA INDIVIDUALE AGONISTI

CUS SIENA	2009	2009 /
CUS SIENA	2010	2010 /
CUS PARMA	2011	2011 /
OLIMPIC CLUB 2001	2012	2012 BUDOKAN INSTITUTE BOLOGNA
JUDO KARRARA	2013	2013 GEESINK TEAM MODENA
FAZI CLUB PESARO URBINO	2014	2014 RAPPRESENTATIVA FIJLKAM UMBRIA
JUDO PESARO MONDOLFO	2015	2015 RAPPRESENTATIVA UMBRIA



PALABALDINELLI

SP6/Via Striscioni, località Villa San Paterniano - 60027 Osimo (AN)

Uscire dall'autostrada A14 al casello Ancona Sud-Osimo.
Seguire le indicazioni per Osimo e le indicazioni per PalaBaldinelli.

Saranno posizionati appositi cartelli "JUDO".

Il palazzetto si raggiunge dal centro di Osimo in circa 10 minuti.



JUDO CLUB SAKURA OSIMO

Via B. Barbalarga n. 10 - 60027 Osimo (AN)

Cell.: 339.4330704 Tiziana, 331.6019499 Beniamino, 335.5972189 Carlo.

E-mail: judogisakura@tiscali.it | Web: www.judosakuraosimo.it

f A.S.D. JUDO CLUB SAKURA OSIMO

MITI DA SFATARE

I miti e i pregiudizi che circondano la **PSICOLOGIA DELLO SPORT** sono molti e "duri a morire".

Per esempio questa branca della psicologia positiva è spesso associata esclusivamente all'agonismo e si pensa che riguardi solamente atleti di alto livello. Altre volte si crede che sia destinata alle persone fragili o agli atleti problematici. Niente di più falso. In realtà tutti possono impararne le tecniche di base.

Pochi inoltre sanno che il mental training non è solo per chi lo sport lo pratica, ma anche per chi lo sport lo insegna!

Sono molti gli **ALLENATORI** e i **MAESTRI** che seguono percorsi di mental training.

I SEGRETI DEI CAMPIONI

sempre più sportivi si interessano al mental training e chiedono l'intervento di psicologi dello sport per avere una **PREPARAZIONE PIU' COMPLETA** e ottimizzare la propria prestazione. I segreti dei campioni per ottimizzare la performance possono essere presi a prestito anche dai non professionisti: nel percorso di mental training si acquisiscono tecniche psicologiche come il self talk, l'imagery, l'allenamento ideomotorio, esercizi di rilassamento e concentrazione che danno all'atleta gli strumenti per esprimere il suo massimo potenziale in gara e in allenamento.

柔道 IPPON

LA PREPARAZIONE MENTALE SPECIFICA PER IL JUDO!
A cura di Psicospport e Stefania Ortensi

"Non rendo in gara come in allenamento!", "Ho perso la concentrazione!", "È un problema di testa!", "Non ha retto l'emozione della gara!"

Quante volte nel mondo dello sport si sentono frasi simili a queste per spiegare prestazioni al di sotto delle aspettative?

In tutte le discipline il ruolo della **COMPONENTE MENTALE** è ciò che **FA LA DIFFERENZA**.

IL MENTAL TRAINER è uno psicologo specializzato che si occupa non solo di preparazione alle gare, ma più in generale di motivazione, valorizzazione del potenziale e ottimizzazione della prestazione.

INSIEME AL MENTAL TRAINER SI PUO' LAVORARE PER:

- **imparare** a migliorare la gestione dello stress
- **pianificare** gli obiettivi
- **stendere** un profilo di prestazione
- **lavorare** su concentrazione e abilità attentive
- **migliorare** la capacità di presa di decisione in tempi rapidi
- **acquisire** tecniche di controllo del respiro e rilassamento
- **gestire** in modo ottimale le proprie risorse fisiche, emotive e cognitive.

NON SOLO ATLETI !

Il mental trainer lavora anche con le **FAMIGLIE** dei giovani sportivi, per esempio con incontri a tema per **supportare i genitori** nell'educare ad uno stile di vita sano e attivo, sostenendo la crescita agonistica senza pressioni.

Per lo **STAFF TECNICO** esiste una formazione specifica, che risponde alla crescente esigenza di **competenze sociali, psicologiche e relazionali** di chi opera nel mondo dello sport

PERFORMANCE O RISULTATO?

 **PSICOSPORT** è una società che si occupa di psicologia sportiva e fornisce servizi di mental training per gli atleti, dal professionismo al settore giovanile. Allenare anche la testa può fare la differenza tra essere un campione o solo un buon atleta. Vuoi saperne di più? Scrivici o chiama, i nostri esperti ti risponderanno per soddisfare le curiosità sulla preparazione mentale o per consigliarti su come continuare a ottenere il massimo dal tuo allenamento.

JUDOKA



Felpa 100% cotone
360 gr
Colore blu navy
Tasconi anteriori
No zip
Stampa con colori acrilici

Taglie dalla S alla XXL

€ 38,00 cad.

Per i nostri abbonati

€ 35,00

Su richiesta
Prezzo riservato
alle palestre con
minimo
quantitativo d'ordine

info: info@budoitalia.it

per ordini: ordini@budoitalia.it



Budoitalia

Consulenze per le arti marziali



Judogi bambino
Judogi che permette di allungare
le maniche e i pantaloni di una taglia in più
100% cotone



I migliori judogi per ogni JUDOKA

Tre Torri
Judogi di alta performance
per Maestri e judoka
esigenti
Tecnica e stile



Champion II, omologato
per competizioni internazionali
gr 750
Massima vestibilità



www.budoitalia.it
info@budoitalia.it



antonio is all in

