

Judo

italiano



Editoriale

Tifosi

Speciale

Ecco le nostre ragazze

**Le interviste alle ragazze della Nazionale e
all'allenatore Dario Romano**



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**
 Le foto degli articoli di Livio Toschi sono dell'**Archivio Toschi**.
 La foto di copertina è di EJU



www.judoitaliano.it

FB: judoitaliano

www.facebook.com/pages/Judo-italiano/546881758776544

info@judoitaliano.it



Editoriale Tifosi	5
Le ragazze Conosciamo la nostra nazionale femminile	6
Trappola Il segreto del lievito madre	8
Veleno dal cuore tenero	10
Giù e il judo familiare	12
Ciock La Cenerentola del judo	16
Sosa che mette Iris nella Coppa	18
Marchiò e il gatto Quiz	20
Il Dario delle donne Intervista a Dario Romano	22
Dojo Scapin Il primo stage	26
Il judo oltre quota "400" di Livio Toschi	28
Una visita alla FIJKAM Racconto di un viaggio di Rodrigo Cribari Prado	31
La storia del judo di Livio Toschi	34
Le rane nello stagno di Django	40

Solo per i nostri Abbonati a Judo italiano

è arrivata l'applicazione per leggerlo e guardare i contenuti su smartphone, iPad, iPhone, Tablet, Android

**Abbonarsi Costa Solo
€10,00 l'anno**



JUDO italiano, da questo mese, mette a disposizione dei propri abbonati un ulteriore servizio: la pubblicità degli eventi organizzati dalle loro società. Ogni insegnante o scuola di judo che volesse organizzare un evento avrà a disposizione una pagina del giornale per pubblicizzare l'evento partendo dai tre mesi precedenti l'evento stesso fino al mese successivo al termine con un articolo e foto di tutta la manifestazione. Nel frattempo la locandina dell'evento sarà on line sul sito www.judoitaliano.it e sulla pagina **Facebook di JUDO italiano**. Chiunque sia interessato a pubblicizzare la propria attività o il proprio evento dovrà effettuare un **minimo di 5 abbonamenti** da regalare a chi vuole. Per ogni ulteriore informazione potrete visitare il sito www.judoitaliano.it o scrivere direttamente a: info@judoitaliano.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

Tifosi ma Intelligenti

Io sono tifoso di una squadra dove c'è un solo capitano e ogni volta che scende in campo pretendo che vinca, che sia il migliore, che ci lasci allibiti con le sue innate doti. Vorrei che ogni volta tirasse fuori, dall'archivio delle sue magie, quella che ancora non abbiamo visto, quella che ce la ricorderemo per tutta la vita.

Perché io sono un tifoso, perché i tifosi sono così.

E meno praticano lo sport per il quale tifano e più sono agguerriti, perché se lo conoscessero a fondo, capirebbero che ogni gesto è portato all'estremo e nulla di più immaginabile potrebbe avvicinarsi al meraviglioso.

Così, anche nel judo noi stiamo a guardare, siamo i tifosi.

Il judo lo pratichiamo per cui conosciamo la difficoltà nel "convincere" un'avversario a farsi proiettare a terra o a farsi immobilizzare, strangolare o farsi fratturare un braccio, in fondo cosa gli chiediamo? Glielo si potrebbe chiedere per cortesia o, in alternativa, combattere, questi sono gli unici modi per farlo. Detto così è facile.

Così, quando guardiamo i nostri campioni combattere pretendiamo che tirino in un sol colpo: De Ashi, Tomoe Nage, non prima di aver provato Uchi Mata e finire con una leva che strangoli l'avversario già in immobilizzazione. La fantasia, l'estro, la creatività, il colpo di genio, tutto in un secondo. E certo, ci dispiace se non arriva al podio il nostro beniamino. Eppure conosciamo le difficoltà del raggiungimento del risultato, le conosciamo perché lo pratichiamo il judo.

Eppure se avesse fatto...qualche grande tecnico sottolinierà.

Sarebbe utile pensare che un atleta sale sul tatami per vincere.

Non salirà mai per pareggiare, per due buone ragioni: la prima è che non esiste pareggio e la seconda è che il suo avversario sale per vincere. Se vi sembrano motivazioni da poco. Allora quando guardiamo il nostro campione combattere dobbiamo guardarlo in assoluto silenzio e cercare di capire i suoi segreti. Capire se il suo avversario è alla sua portata o, quel giorno, è più determinato e imparare da loro, perché in quel combattimento, in quei cinque minuti, si condensa il lavoro portato avanti da una vita. Chi fa judo lo sa, qui non esiste pallone scivoloso, buchetta sul terreno, vento contrario, il compagno che non ti passa la palla e l'arbitro cornuto.

Pensatela come volete ma da noi non c'è.

Nel judo esiste l'atleta con il suo vissuto e le sue esperienze, le sue sicurezze e i suoi timori, e nel bel mezzo del tatami c'è solo lui. Se vince o se perde dovrà fare i conti solo con se stesso. Noi, i tifosi, abbiamo solo un compito, quello di capire. Dobbiamo capire, una volta per tutte, che la vittoria è solo un passo giusto verso la consapevolezza mentre la sconfitta è solo uno stop su un gesto o un movimento che non si è ben riusciti a capire.

Dobbiamo capire che il nostro campione, che vinca o che perda, è salito sul tatami anche per noi, perché lui rappresenta il judo italiano, la nostra scuola di judo. In entrambi i casi dobbiamo essergli grati perché è riuscito ad arrivare fin lì e a portare a termine la sua gara con rispetto e dignità. In entrambi i casi dobbiamo accoglierlo bene per fargli capire che gli siamo vicini se ha bisogno di noi e a festeggiarlo, se ha bisogno di noi. E vi assicuro che, noi, non avremmo saputo fare di meglio.

Forza ragazzi.

Pino Morelli

Trappola, Veleno, Giù, Cenerentola, Sosa e Quiz

Le nostre ragazze si presentano

Non parlano, non sono abituate a parlare di loro, sono schive, non si confidano, prima che gli tiri fuori una parola... Il compito si è presentato arduo più del previsto a dire la verità! Invece, avevano voglia di parlare e di raccontarsi e io ho avuto la "fortuna" di aver fatto quello che mi ero proposto di fare, parlare con le nostre campionesse.

C'è da dire che chi pratica judo si fida di chi fa judo come loro perchè, in definitiva, si parla la stessa lingua. Prima di intervistarle ho assistito al loro allenamento e ho notato un clima sereno e cordiale non ostante la fatica e il caldo di questi giorni che è quasi opprimente. Non si risparmiano e danno il meglio delle loro capacità in ogni sessione di esercizi, lavorano al randori, alle prese, alle tecniche instancabilmente, senza pausa. Quando arrivano da me le vedo stanche ma soddisfatte. Sulle prime mi guardano come fossi un alieno, non conoscendomi affatto ma poi mi presento e le metto al corrente del mio lavoro svolto in precedenza per il judo. Parliamo qualche minuto di judo, chiedo loro come si trovano, se conoscono le storie di chi le ha precedute in nazionale, si siedono e dopo un primo momento...





Le nostre Ragazze

Trappola e il segreto

del lievito madre

di Pino Morelli

Foto di Emanuele Perini

Valentina si presenta subito aperta e cordiale senza far trasparire l'iniziale disagio che può esserci tra due che non si conoscono, specialmente se uno inizia a farti delle domande. Ha gli occhi vivaci, i modi gentili, è curiosa ed è portata naturalmente alla conversazione. Sembra calma, sottomessa, perché minuta e con il sorriso dolce ma se le hanno messo come soprannome Trappola un motivo deve esserci.

“È un soprannome che mi ha dato Dario (Romano ndr) perché sembro così piccola e indifesa, invece, poi, sul tatami faccio scattare la trappola per le mie avversarie”.

Valentina inizia a praticare judo a 7 anni perché lo faceva il fratello e il padre e lei voleva fare tutto ciò che faceva il fratello, come una sorta di “ripicca”.

“All'inizio era tutto un gioco, solo divertimento ma la passione inizia pian piano”.

Inizia a fare judo in una piccola palestra di Venaria ma poi decide, insieme al padre di andare a Torino dove c'erano palestre più grandi che potevano darle più opportunità di studio. Nel primo anno la segue il padre che già seguiva il fratello.

“Ma ero gelosa perché ho avuto sempre un rapporto morboso con mio padre”.

Ma cambia ancora palestra e in una più grande incontra Francesco Giorgi e Francesco Di Benedetto dove pratica un buon judo fino ad arrivare al Gruppo Sportivo delle Fiamme oro.

“Dove sono orgogliosissima di stare e ho la possibilità di continuare a fare quello che mi piace”.

Le piace il judo divertente, quello tecnico, esplosivo, le piace la velocità, anche se nelle donne si vede poco e si sente più affine con quello praticato dai maschi. Il judo, per lei, rappresenta lo sport completo, che ti insegna il rispetto delle regole e delle persone e lo trova adatto, più di ogni altro, per i bambini.

“È una disciplina severa che ti fa crescere, per certi versi anche troppo in fretta. Sono andata via di casa molto presto perché ho avuto la fortuna di stare con atleti di alto livello come Pino Maddaloni, Ylenia Scapin, Roberto Meloni, Bianchessi, Bruyere. Io ero la più piccola di quel gruppo per cui ho avuto la fortuna di crescere con i grandi.”

Vuole emulare questi grandi campioni e si sta impegnando perché quest'anno possa essere quello buono per raccogliere i risultati sperati. Trappola pensa a tutti i judoka che ha conosciuto e parla degli atleti di riferimento, quelli che sono stati per lei importanti modelli, come Ylenia Scapin e Pino Maddaloni per quello che hanno vinto; poi, successivamente, Giulia, Roberto e Francesco Bruyere:

“Perché è un mio carissimo amico, un fratellino, anzi io sono la sua sorellina”.

Anche con Dario Romano ha un buonissimo rapporto in

quanto la segue da quando aveva 16 anni e, oltre che allenatore della nazionale, è anche il suo referente per il Gruppo Sportivo delle Fiamme Oro. Così come le è di sostegno il suo ispettore, Mauro Massaro, che aiuta tutti gli atleti del Gruppo.

È tranquilla e serena del lavoro che sta svolgendo, ascolta la sua musica tipo: C'è sempre un motivo, di Adriano Celentano, ma non ha preferenze perché la musica l'ascolta tutta. Non guarda molti film ma le serie tv perché: “Visto che spesso sono in viaggio...sono corte e ...riesco a non addormentarmi!”

Generalmente legge i libri Fantasy ma quest'anno ha cambiato, legge solo libri di Fabio Volo e quello che l'ha più colpita è “Un posto nel mondo”, starà crescendo?

Le piace fare moltissime cose e questo (come per i grandi artisti c'è un periodo legato ad un colore particolare) è il periodo del pane. Le piace fare il pane fatto in casa, è alle prime armi ma già conosce il rinfresco della pasta madre, proprio come i grandi professionisti. E poi:

“Da quando mi sono laureata (perciò non devo studiare) quei pochi pomeriggi liberi cerco di impegnarli a fare cose, non riesco proprio a stare ferma”.

Il suo sogno è, chiaramente, l'oro di Rio.

“Questo è il terzo quadriennio che provo a qualificarmi. Il primo non ci sono riuscita per poco, il secondo ero abbastanza lontana e avevo una mia avversaria, Elena Moretti, davanti a me. Adesso ce la sto mettendo tutta per qualificarmi”.

Trappola ha una grande volontà ed è consapevole di lavorare bene sia come preparazione atletica, sia come preparazione tecnica e, non ultimo, sotto l'aspetto psicologico.

“Non mi manca nulla ad essere sinceri, sta solo a me e alla mia volontà di arrivare all'obiettivo”.

Vive per il judo tanto che al suo cane ha messo nome “Nomura” in onore di un grande judoka giapponese, Tadahiro Nomura, suo idolo, come un altro suo idolo è la giapponese Ryoko Tani Tamura. Da quando ha realizzato che il judo era la sua vita si è impegnata solo in questo conquistando un palmares di tutto rispetto, ma questo non le basta.

“Adesso penso a prendermi quei risultati che ho sempre rincorso e che mi sono sfuggiti per poco e poi penserò al futuro”.

Però mi anticipa che in un prossimo futuro, ancora lontanissimo, le piacerebbe stare con i giovani e a loro trasmettere la sua esperienza. È decisa e sicura che questo è il suo anno, sa che questa opportunità le appartiene e che deve sfruttarla nel modo migliore, ma lavora con quella sua calma apparente, il sorriso dolce e i modi gentili.

Sono convinto che la sua “trappola” scatterà al momento giusto e la ripagherà del lavoro svolto fino ad oggi.



Veleno dal Cuore tenero

Veleno si siede, con aria interdetta, come di chi non sa di cosa si tratti. Veleno è carina e simpatica, ha gli occhi grandi e il sorriso smagliante. Si siede e rimane chiusa in se stessa ma poi parla, adesso Veleno parla e non si ferma. Adesso è tranquilla e parla e sorride ed è un monologo sul judo il suo, per il judo. "Veleno" Odette Giuffrida parla con serenità e con la calma di chi è consapevole che il suo destino si rivelerà. A lei non interessa vincere l'oro Olimpico e neanche il Mondiale, il suo sogno è quello di rimanere nella storia del judo; per questo vuole vincere 10 Olimpiadi e 10 Campionati del Mondo perché vuole che sia ricordata per la gioia che prova nel salire sul tatami, per la bellezza del gesto, per la tecnica che vuole affinare. Vuole che le persone si ricordino di lei per il suo judo e per l'amore che prova per questa disciplina che l'ha rapita quando ancora era una bambina e che le ha segnato la strada. Dice queste cose con una naturalezza, da sfrontata, che ad un'altra persona non avresti perdonato ma a lei sì, a lei che ha come sogno da realizzare quello di mantenere una promessa fatta, a lei gliela puoi perdonare. Parla del suo destino come se fosse già accaduto o stia lì lì per arrivare, parla dei suoi programmi e della sua vita tutta avvolta nel judo con il candore di una bambina che sa che non c'è nulla di più improbabile che realizzare i propri sogni ma proprio per questo è necessario tentare. D'altronde lei ha provato a praticare diversi sport come ginnastica ritmica, danza classica e nuoto ma a sei anni ha scelto di fare judo solo perché vedeva che il fratello era sempre felice ogni volta che tornava dalla palestra. E dal momento in cui ha tolto le scarpe non è più scesa dal tatami.

"Il judo era nel mio destino. Dai 7 ai 12 anni non ho mai perso un incontro, quindi mi divertivo, vincevo, non potevo chiedere di più."

Da quando aveva 10 anni inizia a frequentare la palestra tutti i giorni ed è presente in più turni, da quello dei bambini a quello degli adulti, senza mai stancarsi.

"Mi ricordo che mi svegliavo e pensavo subito all'allenamento".

Quando cresce vince i suoi primi campionati italiani e inizia il giro della nazionale, cominciando proprio dai cadetti.

"In quel momento ho capito, consapevolmente, che il judo doveva essere la mia vita. Volevo fare quello e basta".

La sua perseveranza la porta a vincere un Europeo, l'Olimpiade Europea per i cadetti, un secondo posto ai Mondiali.

"Ma dopo questo periodo ho iniziato ad avere dei problemi, dovevo cambiare categoria ma non me la sentivo e allora ho lavorato tanto per il calo peso. Ma mi sono detta che il judo che amavo mi divertiva e non mi doveva far soffrire, così ho deciso di cambiare categoria."

Così il judo la riprende e lei non lascia mai le ore vuote

tra la scuola e la famiglia, ogni minuto è buono per andare in palestra ad allenarsi.

"Sai, pensavo che in qualche parte del mondo c'era una mia avversaria che si stava allenando e io non potevo rimanere ferma, dovevo assicurare a me stessa che ero sempre nel pieno delle mie possibilità".

In questo momento particolare della sua vita avviene una perdita dolorosa e importante.

"Ogni tanto, quando mi sento stanca penso alla promessa che le ho fatto e mi tiro su, mi rimetto in piedi. Solo il suo pensiero mi fa ritornare le forze".

Infatti si allena sempre, ogni giorno e, anche se non fa judo, esegue esercizi di preparazione atletica; comunque sa che deve migliorarsi perché la sua performance deve essere sempre al top.

Veleno è il suo soprannome, perché non stava mai ferma, faceva judo, saltava, correva, si divertiva. Ma Veleno le si addice per contrasto. E io la chiamerò così, perché mi fa pensare meglio alla sua gentilezza e alla sua sensibilità espressa in questi pochi minuti di conversazione. Amante degli animali ha avuto in dono dai nonni un coniglio tutto bianco con gli occhi neri che ha chiamato Neve, al quale era molto affezionata; ascolta tutta la musica anche non avendo un genere di preferenza, ma le sue canzoni preferite sono "Tu corri", dei Gemelli Diversi, che sono anche il suo gruppo preferito e Hall of fame (The Script). Vede moltissimi film, quando può, e ne ama altrettanti, ma quelli che la fanno riflettere sui valori della vita sono quelli che preferisce.

"...Quelli che mi fanno uscire dalla sala con un'altra testa!", mi dice.

E allora parla del "Cacciatore di Aquiloni", "La ricerca della felicità", "About time". Film impegnati che la toccano nell'anima, per questo, forse, Will Smith è il suo attore preferito. Legge diversi libri ma quello che l'ha più colpita è "Il bambino con il pigiama a righe" di John Boyne, che parla del rapporto tra il figlio di un ufficiale tedesco e un bambino rinchiuso in un campo di concentramento. L'amicizia vista con gli occhi di chi non concepisce alcun tipo di barriera.

È appassionata di fotografia e conta presto di fare un bel corso perché vuole far vedere cosa sogna con i suoi occhi.

Sì, perché Veleno ha i sogni, come tutti noi. I sogni ad occhi aperti, quelli che servono a camminare nel futuro. Il suo più grande è quello di mantenere la promessa fatta alla nonna.

Una volta, una mia amica, grande campionessa di judo, Gella Vandecaveye, parlando della sua carriera mi ha detto: "Se i tuoi sogni non ti mettono paura, non vale la pena realizzarli."

Odette "Veleno" fa questo, parla di traguardi che metterebbero paura a chiunque, ma lei, contrariamente a tutti, sa che può realizzarli.



“Ogni tanto, quando mi sento stanca penso alla promessa che le ho fatto e mi tiro su, mi rimetto in piedi. Solo il suo pensiero mi fa ritornare le forze”



Giù e il Judo

Famigliare

di Pino Morelli
Foto di Emanuele Perini

Giulia Quintavalle, dalla prima volta che l'ho vista mi ha dato subito l'idea di un cerbiatto. I suoi occhi ti scrutano come quelli di un cerbiatto nascosto tra le foglie di un cespuglio. Prima ti vuole capire e poi inizia a parlare. Di lei non vogliamo parlare dei meriti sportivi ma quello che più ci interessa è capire la donna e i suoi desideri, i suoi sogni. Inizia a 5 anni a praticare judo perché ai genitori piaceva la filosofia del nostro sport, l'educazione e il rispetto che vedevano sul tatami e poi anche perché il fratello più grande lo frequentava. Allora decisero: "Portiamo pure i gemelli. E io mi sono sempre divertita,

per me è stato sempre un gioco".

Questo gioco dura ancora perché il divertimento è l'elemento che più l'attira del judo anche perché:

"Quando la cosa diventa un po più seria, un po più impegnativa, dove io mi preoccupo, forse è lì dove combino guai. Più la vedo serena, più riesco a divertirmi senza troppe pressioni, più dò il massimo delle mie capacità".

Le sue prestazioni agonistiche dipendono proprio dal suo stato mentale e se non ha pressioni riguardo le capacità delle avversarie riesce a combattere al meglio e a portare a casa il risultato. Il judo le piace e la fa divertire mentre così non si divertiva quando faceva ginnastica artistica:



“...Anche se non si vede perché non sono così elastica e faccio fatica a fare anche una ruota o una rondata, non sono così aggraziata, diciamo, e poi ho provato anche pallacanestro, nuoto e poi tutti gli sport che riuscivo a fare a scuola. Lo sport è sempre stato molto presente nella mia vita, fin da piccola, ma come mi diverte il judo di altri non ce n'è”.

Lo sport, qualunque esso sia lo consiglia a tutti e afferma che tutti dovrebbero farlo perché aiuta a socializzare, a confrontarsi, a dialogare come nessun'altra attività.

Il dialogo, infatti, è il presupposto, per Giulia, per affrontare qualsiasi sport. Se non ci fosse il contatto con le amiche della nazionale molto probabilmente non le piacerebbe così tanto perché:

“Io odio stare da sola e anche se il judo è uno sport individuale quando sei in gara, fuori dal tatami, dalla competizione, sei sempre a contatto con le amiche della tua squadra, con loro condividi tutto e con loro ti confidi. Io ho bisogno di parlare, di ascoltare, di capire le persone che ho intorno”.

Infatti, se in una trasferta capita una stanza singola, sicuramente non è per lei perché Giù vuole convivere con le altre tutto il “cammino” che le porterà in gara e all'eventuale podio. Quando ha preso la medaglia alle Olimpiadi era con il suo gruppo e con loro ha condiviso le sue incertezze e le sue gioie. Ma dopo quella medaglia?

“Dopo la medaglia alle Olimpiadi avevo ancora voglia di continuare perché è bello vincere. Qualcuno pensa che raggiunto il massimo traguardo si debba smettere, ma perché? Io volevo ancora vincere una medaglia a livello mondiale e a livello europeo, ma in quelle competizioni, forse, non ero molto convinta e non ero fiduciosa nelle mie capacità e ho fatto degli errori che hanno compromesso il risultato. Alle Olimpiadi avevo 25 anni ed ero proprio “nel fiore” di tecnica e preparazione atletica di un atleta a quei livelli, per cui mi è sembrato giusto continuare la mia strada.”

Il quinto posto di Londra le va proprio stretto e questo è uno stimolo maggiore che le sta dando la carica giusta per scendere sul tatami e mettersi alla prova per Rio.

“Ma sono stata stimolata anche dagli allenatori che mi hanno consigliato di riprendere. Ho pensato che l'atleta non puoi farlo per tutta la vita e, dunque, devo sfruttare le mie potenzialità fin quando ci sono e non voglio avere il rammarico di dire perché non ci ho provato?”.



È un'atleta matura ma:

“Sì, mi sento matura come atleta a pronta a prendere i frutti di tanta esperienza ma a volte mi sento proprio “vecchia” perché inizio a sentire i piccoli dolori che nello sport di combattimento sono inevitabili. Sai il corpo a volte non reagisce come vorrei e a volte ho reazioni che non ho mai avuto, fisicamente, e questo mi fa pensare che sono molto “matura”

Sorride il cerbiatto Giù che adesso parla a ruota libera e non nasconde i suoi dubbi su alcuni aspetti legati all'età ma è decisa, come lo è stata nelle occasioni più importanti e di certo non è disposta a mollare.

“Sono consapevole e cosciente del mio valore ma sono anche consapevole della mia età e del fatto che dovrò vedermela con atlete giovani che non avranno la mia stessa esperienza ma che si batteranno come leonesse pur di strapparmi il titolo. Ma questo è nell'ordine naturale delle cose”.

Questa decisione e questa forza nell'affrontare la vita sportiva la sta trasmettendo al figlio che già vive sul tatami e le da molte soddisfazioni per i piccoli progressi che riesce a fare ad ogni lezione.

“Gli faccio fare judo perché sono convinta che lo sport sia,





oltre che una palestra per il fisico, anche una palestra di vita. Ma quando deciderà e sceglierà il suo sport sarà per me, comunque, una gioia seguirlo nelle sue esperienze". Il traguardo di Rio lo mette nelle cose pratiche da fare mentre già pensa che le piacerebbe, una volta lasciato l'agonismo, diventare allenatrice di una squadra femminile e trasmettere loro la sua esperienza.

"Sì questo rientra nei miei programmi e, se vogliamo, nei miei sogni. Allenare le giovani ragazze che si affacciano alle competizioni e seguirle durante il loro percorso, perché sento che posso comunicare loro tante cose utili perché affrontino al meglio la loro vita agonistica".

Le piace, come diceva prima, anche il contatto, la familiarità con i ragazzi, i genitori, con i bambini che vorrebbero arrivare in alto come molti atleti hanno già fatto.

"Il judo è un grande sport ma, nel contempo, è un ambiente familiare, tutto basato su piccoli gesti, dal sorriso, alla parola giusta, alla pacca sulla spalla. Così crei un contatto indissolubile con genitori e ragazzi che ti affidano i loro sogni e tu ti senti responsabile per questo e non ti tireresti mai indietro pur di fargli raggiungere il traguardo che hanno nel cuore".

Quello che facciamo, noi del judo, è la ricerca del contatto fisico perché di quello non abbiamo mai avuto paura sin da piccoli e ci viene naturale darci una pacca sulla spalla, abbracciarci, scherzare con piccoli buffetti:

"Questo è quello che mi piace, il contatto. Molte persone, tante volte, rimangono interdetteste dai nostri comportamenti. Noi siamo abituati al contatto e lo ricerchiamo sempre, gli altri lo vedono con una qualche titubanza e non ci capiscono, ma tante volte, solo una piccola pacca sulla spalla vuol dire molto. Questo crea anche quotidianità, come in una famiglia, ci si vede, si parla, si va a braccetto. Sarà che io l'ho sempre vissuta così, anche all'interno del Gruppo sportivo delle Fiamme Gialle. Un judo a conduzione familiare, se vogliamo".

Da quando ha il bambino si divide tra judo e suo figlio e





di tempo per lei ne rimane davvero poco. Ma Giù ama la musica italiana perché i testi sono molto più belli di quelli stranieri e Giorgia è la sua cantante preferita.

“Mi piacerebbe avere più tempo per andare a teatro o a qualche concerto ma di tempo ne ho veramente poco. Intanto mi guardo i film, quelli d’amore. Mi garbano i film d’amore e anche se sono film d’azione ci deve essere la storia d’amore dentro”.

Ma è anche amante della natura. Da piccola abitava in un paesino sul mare e passava l’estate a pescare con i suoi fratelli, mentre quando andavano nella loro casa di campagna:

“Facevamo le capannine sull’albero e organizzavamo la caccia al tesoro sempre immersi nella natura. Adesso abito a Roma e la natura non è così a portata di mano. Quando posso, però, scappo da Roma e vado ad aiutare i miei genitori a fare la vendemmia e le olive e mi riporto via l’olio genuino del mio babbo che a me piace tanto perché i sapori veri non si dimenticano”.

Ma come si sente Giù adesso?

“Diciamo che adesso sto bene ma sono stata un periodo molto giù perché dopo la gravidanza il corpo subisce molti cambiamenti. Inoltre, durante la mia assenza è cambiato il regolamento e per me, che facevo il 50% degli ippon con Te Guruma, che ora non si può più fare, è un poco difficile cambiare tutta la tattica. La differenza rispetto a prima c’è ma mi sto preparando e sono convinta di farcela. Non ho paura e ho fiducia nelle mie capacità. Sono abituata a scontrarmi con le più forti e incontrarle non mi cambia. Sono decisa a dare il meglio di me stessa.”

Il cerbiatto, in un attimo è diventato una leonessa. Sa cosa vuole e sa come fare per provarci fino all’ultimo. Giù sta riscoprendo un’altra Giulia, quella della maturità, quella che ha pagato lo scotto dell’esperienza, quella che ha alzato al cielo la medaglia Olimpica, quella che, molto probabilmente, sarà protagonista nella sua categoria. Che riesca o meno a portare la medaglia a casa, sono sicuro, che Giù troverà tutta la famiglia del judo ad accoglierla con il sorriso.

Ciock la Cenerentola del Judo

di Pino Morelli
Foto di Emanuele Perini

Edwige è sensibile, attenta, con i suoi occhi profondi ti scruta e ti misura e ogni parola che dici la pesa e poi decide. Le bastano pochi minuti per decidere se parlare tranquillamente di lei o sostenere un atteggiamento formale ma capisci, dal suo sorriso nascosto e pronto a mostrarsi, che parla di buon grado. Lei è sicuramente la Cenerentola del judo, ma non pensate alla poverina che fa le pulizie, pensate alla principessa che perde la scarpina. Ecco, lei le scarpine non le perde, lei le toglie perché:

“Hanno tentato di farmi seguire la tradizione familiare sportiva ma il calcio non mi ha mai appassionata più di tanto, ma quando mi hanno iscritta in una palestra vicino casa mi sono subito incuriosita del judo. Ma la spinta

maggiore è stato il fatto di potermi togliere le scarpe. A quel punto ho detto: è fatta!”

Così Ciock (strano come soprannome, no?) la più piccola di sei figli inizia la sua carriera judoistica a Collecchio, in una filiale del Kyu Shin Do Kai Parma, poi si sposta nella sede centrale sotto la guida di Luigi Crescini col quale ancora, quando ha la possibilità di tornare a casa, lavora. Il suo sorriso non è più nascosto quando scherziamo sul suo primo risultato e non si nasconde neanche quando arriva la fastidiosa domanda di rito (per il cronista).

“Purtroppo mi è capitato un episodio all'età di otto anni. Una bambina, ad una gara, mi ha chiamato negra. Ma ho avuto la mia rivincita perché me la sono ritrovata in gara e l'ho battuta per Ippon!”



Sorridiamo capendo che il destino è più giusto della legge degli uomini e constatando che un idiota non fa storia. Ciok è appassionata di sport e segue l'atletica e il basket e, per dovere familiare, anche il calcio ma è il judo che la fa muovere così come la musica che permea tutta la sua vita; da Bob Marley, Beyoncé, Busta Rhymes, Alyaah segue un lungo elenco, li ascolta sempre e una delle sue canzoni preferite è "No woman no cry". "Il sapore della vittoria" è il film in assoluto che predilige e Denzel Washington l'attore che l'emoziona più di ogni altro. Ama guardare tanti film, quando ha tempo, che trattano storie profonde perché:

"Sono una persona sensibile e se potessi rendermi utile un domani nel campo sociale, mi appagherebbe molto. Mi piacerebbe essere un aiuto per i bambini, stare a contatto con loro e quando posso partecipo a manifestazioni o iniziative che li coinvolgono".

Il judo è il mezzo giusto per avvicinare i bambini e quando capisce che può essere un aiuto per loro si sente felice. Per il futuro spera di poter finire gli studi in ambito linguistico e, soprattutto, di diventare mamma e avere tanti bambini con il suo principe azzurro che è già lì che l'aspetta. Avrà seguito le scarpine che si toglie?

Ciok ammira Ylenia Scapin e la considera un punto di riferimento importante ancora oggi perché:

"Sin da piccola ho visto Ylenia come un idolo. Ha avuto



grandi risultati, ha lavorato sodo e è riuscita ad affermarsi con la sua tenacia e la ricerca della tecnica".

Edwige, dunque, lavora bene e tanto, e il suo primo risultato arriva "tardi" a suo dire.

"Diciamo che il mio primo risultato importante arriva tardi perché ho preso la cittadinanza nel 2005 e così, il primo risultato in assoluto arriva nel 2005, con la vittoria al Campionato Italiano, quando ero ancora cadetta".

Da questo risultato inizia, indiscutibilmente, la sua carriera agonistica fino alle junior dove vince il Campionato Italiano e partecipa al suo primo Campionato Europeo che non è andato come sperava. La medaglia europea arriva, invece, al secondo anno junior e le fa capire che più che una passione, il judo, diventa qualcosa di più importante, una carriera agonistica a tutto tondo. I risultati si susseguono fino ad oggi, risultati importanti che le danno la sicurezza che Rio è alla sua portata. Ha fatto e sta facendo un buonissimo lavoro sotto ogni punto di vista, conosce le insidie della strada per Rio ma le guarda dall'alto, dalla posizione di chi è consapevole delle proprie capacità.

Edwige ha la costanza, la capacità, la determinazione della campionessa, dell'atleta che non corre ma che lavora bene ai particolari. Durante l'allenamento, lungo e pesante, non l'ho mai vista mollare, non l'ho mai vista cedere neanche per un attimo.

Alla nostra Cenerentola non possiamo che augurare il giusto finale di una favola iniziata a sei anni, quando è salita per la prima volta sul tatami per entrare nel fantastico mondo del judo.

E se volete vederla basta seguire le sue scarpine.

Arriverete a Rio.

Susa che mette Iris nella Coppa

di Pino Morelli
Foto di Emanuele Perini

Quando mi si presenta Assunta, Susy per gli amici, con gli occhi col sorriso dentro e la parlata leggermente intonata alla napoletana penso subito a Massimo Troisi di "Ricomincio da tre", la stessa pacatezza filosofica e la consapevolezza dell'ineluttabilità del corso della vita.

Inizia a 12 anni, per caso, a praticare judo in una "palestrina di Napoli", dove era passata con i genitori che, amanti dello sport, volevano iniziarla ad una qualsiasi attività. Galeotto fu il segretario della società, Franco Di Martino, (per fortuna nostra) che quando la vide disse: "Questa ragazzina qua la portiamo a fare judo."

Conosce il suo primo allenatore, Enzo, ed inizia a pra-



ticare judo con un po di titubanza in quanto vede che è solo lei, come femmina, a frequentare, e il resto sono tutti maschi. Ma...

"Mentre stavo lì a guardare tutti questi che si affaticavano e pensavo quanto so stupidi questi qua che fanno sto judo, all'improvviso si aprì la porta dello spogliatoio e uscì una ragazza...mi confortai del fatto che non fossi sola e il judo non l'ho mai più lasciato."

Dalla prima palestrina passa con Gino Nasti ed è trattata come una figlia più che come un'atleta e si trova bene, tanto che ancora oggi quando può torna dai suoi amici anche perché...

"Gino è una grande persona che ha saputo aiutarmi e capire il mio carattere..."

Continua a fare judo e vince le prime gare alle quali non dà nessun peso, non si esalta alla medaglia o alla vittoria. Susy studia, va all'università, ha una vita oltre il judo che la coinvolge e che ama frequentare. Prova con Fisioterapia e poi frequenta un anno di Economia ma alla fine sceglie Scienze Motorie con risultati brillanti. Solo quando inizia a vincere i primi assoluti capisce che il judo è la via da percorrere. Allora lascia l'università e si impegna al massimo. Ha fatto la sua scelta.

Con la vittoria agli assoluti arriva anche il gruppo sportivo

della Guardia di Finanza e definitivamente si dedica al judo. Ma a chi si è ispirata per il suo judo?

“Per me? A me è sempre piaciuta Ylenia, è stata sempre il mio idolo. Mi piace come combatte, la sua determinazione sul tatami, il suo modo di imporsi. Infatti, iniziavi a fare Tai Otoshi perché lo faceva lei anche se a me non viene come il suo!”

Sorride Susy, sorride in napoletano, che è quella risata sincera e pacata che ti coinvolge. Sorride di se stessa e non si prende troppo sul serio, che è una prerogativa di tutte le persone intelligenti. Sosa, come la chiamano a casa, ama gli animali, soprattutto il suo cane Iris dal quale non si stacca mai. Agli assoluti di Asti l'ha messa anche dentro la coppa che ha vinto, per farsi le foto sul podio, ed è diventata la piccola mascotte delle Fiamme Gialle. Il sogno principale è Rio, come per tutte ma Sosa ha molti sogni.

“Voglio qualche medaglia veramente importante, da portare con me, come un Mondiale, un Europeo. Ma, oltre questo, voglio pensare al mio futuro professionale. Perché voglio essere una brava atleta ma non posso pensare che finita questa parentesi io non abbia nulla, voglio essere Susy che sa stare sulla materassina ma che sarà anche una brava professionista, in altri campi certo, ma devo afferarmi nel campo professionale. Infatti, penso a qualche concorso nella Guardia di Finanza e, siccome mi piacciono gli animali, vorrei entrare nel gruppo cinofilo, ma sto prendendo informazioni in merito.”

Una bravissima atleta ma, come tutti i napoletani, fedele al “Panta Rei”

“Penso che c'è un tempo per tutto nella vita e io sono una che vuole cambiare. Il judo è una parentesi bellissima ma poi, dopo, punto e si va avanti per un'altra strada”.

Non le piace insegnare perché sa che non ha la pazienza necessaria ed è molto critica verso se stessa perché se deve insegnare a qualcuno qualcosa pretende di conoscerla al 100%, già un 98% non la soddisfa perché:

“...Se insegno qualcosa e ho soltanto un 2% di dubbio su ciò che sto facendo non lo faccio. Se insegni qualunque cosa a qualcuno gli cambi la vita e magari gli crei aspettative che non si realizzeranno mai. Per insegnare ci vuole una grande esperienza e molta coscienza”.

La grande anima napoletana esce anche quando parla della musica, la sua musica, quella che ascolta solo in certi momenti particolari, ma quella che si avvicina di più alla sua anima è la lounge music tipo buddha bar.

“Ma sono anche un po' Soul e un po' Pop, spazio dalla musica orientale a quella partenopea”.

Il suo cantante preferito, e come darle torto, è Pino Daniele e in sua memoria si è fatta tatuare il titolo di una sua bellissima canzone: O saje comm fa o cor”, anche se la sua preferita è “Mal di te”:

“E non perché soffro per amore, ma solo perché penso che se fossi stata una poetessa come lui, quella avrei scritto”.

Sosa legge Paolo Coelho – Veronica decide di morire, mentre la trilogia che le piace tanto è “L'amica geniale”,



di Elena Ferrante; la storia di due amiche che non ostante tutto ciò che succede al mondo, da bambine arrivano insieme alla vecchiaia. Ama i film e ne ha visti tantissimi, ma Sorrentino è il suo preferito come regista mentre l'attore non può che essere Tony Servillo. In questo esce tutta la sua napoletanità, la fantasia, l'estro, l'occhio attento alla cultura che ha sempre contraddistinto la Napoli dei grandi scrittori e dei grandi filosofi, perché:

“Se sono in vena disegno, dipingo, scrivo”.

Susy sorride come se mi avesse detto, bevo un caffè, e invece mi parla di arte, della sua, di quella che sente dentro. Quando finiamo mi saluta con un bel sorriso e a me rimangono i suoi occhi profondi che non sanno dove riposare perché sono rivolti al futuro che, spero, le permetta di realizzare il suo sogno più grande.

Il Quiz di Marchiò

di Pino Morelli
Foto di Emanuele Perini

Elisa al primo impatto mi ricorda una bella “ragassa” romagnola, di quelle che ti mettono a posto con una battuta o con un semplice gesto, invece è di Trieste e, comunque, anche lì, gente che non scherza mica. Da subito simpatica e cordiale sembra che abbia una qualche propensione al contatto con il pubblico.

Inizia a fare judo all'età di 5 anni dopo che aver capito che il nuoto non faceva per lei; il divertimento e il gioco la convincono a rimanere e cresce sempre di più la passione che ancora oggi l'accompagna nei suoi allenamenti quotidiani.

Ha iniziato subito bene, con Raffaele Toniolo, col quale ancora si allena quando è a casa:

“Mi sono sempre allenata con lui e con sua moglie e abbiamo fatto un percorso bellissimo, siamo partiti dalle basi e ancora oggi mi segue e mi aiuta”.

Parte con il suo judo e i primi risultati arrivano che è ancora giovanissima ma non in competizioni ufficiali in Italia:

“Devi pensare che, abitando a Trieste, io ho sempre fatto gare all'estero da quando ero bambina perché Raffaele non ci portava mai in Italia a gareggiare, siamo state soprattutto in Slovenia, Croazia, Austria, Ungheria e il primo risultato è arrivato il secondo anno esordienti con un secondo posto agli Italiani”.

Un bellissimo primo passo verso una carriera che la vede protagonista già da qualche tempo. Fin da piccola si è ispirata a:

“Il mio idolo? Roberto Meloni. Anche se non ha avuto risultati grandissimi gli riconosco il fatto che ha dato sempre tutto se stesso al judo, si è allenato con tenacità e costanza. E poi quando ero piccolina è venuto una volta a fare uno stage da noi e da quel giorno l'ho apprezzato moltissimo”.

Le piacciono molto gli animali, infatti, quando torna a casa va a fare un giro per visitare qualche fattoria, ma ha anche un gatto, molto pregiato, al quale è molto





legata e con la sorella ha deciso di chiamarlo Quiz ma per gli amici, semplicemente "Polpetta".

Si trova bene in Nazionale, può lavorare tranquillamente e il clima è sereno.

"Io sto molto più tempo a casa mentre loro passano più tempo insieme qui al Centro Olimpico, però ogni volta che rientro mi fanno sentire come a casa, ritrovo sempre una bella accoglienza, siamo un gruppo unito".

Il sogno è, chiaramente, la medaglia a Rio e ancora una lunga carriera nel judo ma, in fondo al cuore, ha un sogno che non ha nulla a che vedere col judo:

"A me piacerebbe moltissimo aprire un ristorante. Io ho studiato nell'alberghiero e ho lavorato in questo campo prima di entrare nel gruppo sportivo; ho lasciato il lavoro per seguire la strada del judo perché mi ha garantito, da subito, un ritorno economico che mi permette, oggi, di continuare ad allenarmi senza problemi".

Ma non vuole aprire un ristorante di quelli sofisticati: "Sì, finita la carriera agonistica, mi piacerebbe ritornare a lavorare nel mondo della ristorazione, a far da mangiare per i ragazzi ma non un ristorante sofisticato ma proprio una bella trattoria, come quelle di una volta dove si mangiano piatti genuini, di qualità". La cucina la esalta e le piace tutto ciò che è connesso all'arte della gastronomia e della ristorazione che considera il suo hobby per il momento.

È anche appassionata di libri che trattano autobiografie o parlano di eventi storici o storie realmente accaduti. Ascolta tutta la musica che le capita alla radio perché, comunque, la mette di buon umore.

Comunque la strada è lunga e nel judo c'è ancora molto da prendere, la sua età le permette di guardare anche al prossimo quadriennio con fiducia. Deve solo unire bene i suoi ingredienti e cucinare le avversarie al punto giusto, vorrà dire che per batterle le prenderà "per la gola".

Il Diario **delle** *Donne*

di Pino Morelli
Foto di Emanuele Perini

Incontro Dario Romano alla fine di un allenamento che la nazionale femminile sta facendo in preparazione per Baku e faccio con lui una chiacchierata sul judo.

Dario Romano lo ricordo ragazzo, sorridente e in gamba, sempre pronto a salire sui tatami di tutto il mondo, sempre con il sorriso. Forse sono stato il primo ad intervistarlo dopo una sua partecipazione ad un Assoluto che aveva vinto. Dopo quell'affermazione entra a far parte del Gruppo Sportivo delle Fiamme Oro e dopo tanto tirocinio entra a far parte dello staff della Nazionale per gli Juniores. Ragazzo di spirito vivo, sempre pronto a mettersi in discussione, forte delle sue possibilità si laurea all'ISEF e inizia a frequentare vari corsi interni al CONI come il IV livello Europeo e quello come Esperto per la Preparazione Atletica. Insomma, capisce che deve investire su se stesso per il futuro.

Inizia, dunque, a lavorare in coppia con Giorgio Vismara ma:

Romano – Ho fatto due anni in con Giorgio. L'ultimo anno, però, ha avuto altri importanti impegni e alla fine dell'ultimo periodo sono stato solo a seguire i ragazzi.

Ji - E poi?

Romano – Nel quadriennio antecedente Pechino, ho iniziato a lavorare con Felice Mariani, Luigi Guido e Alberto Di Mario. Insieme abbiamo seguito un percorso fino a Londra, dove si è chiuso questo periodo di collaborazione.

Ji – Da quando hai preso questa nazionale hai potuto notare un cambiamento, le ragazze hanno fatto un percorso che le ha fatte maturare, si è riusciti a fare gruppo? Romano – Diciamo che ogni fine quadriennio c'è un cambio generazionale e quindi ti ritrovi un gruppo eterogeneo con ragazze giovanissime e altre che hanno già una buona esperienza. È difficile amalgamare un gruppo, anche se devo essere sincero oggi sono un gruppo affiatato non ostante siano donne e questo è un ottimo risultato dal punto di vista dello spogliatoio.

Ji – Infatti, ho assistito all'allenamento e ho potuto notare come il clima sia disteso e tutte lavorino per le altre.

Romano – Sono un gruppo e questo mi aiuta, onestamente. La vera difficoltà è gestire il singolo nell'ambito



del gruppo che ha particolari esigenze e spesso facciamo programmi ad hoc per il singolo perché una ragazza che ha 32 anni non può fare quello che fa una di venti e viceversa. Sinceramente non mi posso lamentare.

Ji – Certo che no, hai ragazze che si allenano e portano risultati

Romano – Certo, sono più che contento. È una squadra



che gira e i risultati vengono a giro per tutte e questo sta a significare che c'è un lavoro di squadra importante. I risultati ne sono la prova concreta, nel Top 16 abbiamo quattro ragazze inserite e non è cosa da poco.

Ji – Comunque è una nazionale di grandi soddisfazioni perché tutte o quasi tutte sono qualificate per Rio mi sembra.

Romano – Sì, diciamo che però è una fotografia di oggi perché con questa attività frenetica che bisogna seguire cambia lo scenario ad ogni fine settimana. Abbiamo ragazze che sono più radicate nella Ranking e si possono gestire meglio mentre altre sono al limite e vanno seguite con più attenzione. Per le prime non c'è la corsa spasmodica al risultato settimanale mentre per le seconde si rende quasi necessario essere presenti ad ogni gara.

Ji – Ma come vedi il futuro, andranno tutte?

Romano – Io suppongo di sì perché i presupposti ci sono tutti. Le ragazze sono preparate. Il problema è che ci manca ancora un anno.

Ji – Sembri sicuro ma c'è qualcosa che ti preoccupa

Romano – Certo, la cosa che mi preoccupa di più sono

gli infortuni. Perché questa attività così frenetica crea uno stress continuo per gli atleti, metti il calo peso. Così dobbiamo programmare attentamente ogni decisione perché quando tiri a questi livelli l'infortunio è dietro l'angolo e poi diventa difficile recuperare al 100% perché questo è l'anno più importante.

Ji – Quindi non ti puoi permettere di fermarle per certe gare

Romano – Assolutamente no. Perché da adesso in poi è iniziata la qualificazione con un punteggio al 100% e quindi cambia tutto repentinamente e quella che stava piazzata bene la settimana prima deve recuperare punteggio nella gara successiva.

Ji – Con il lavoro che state facendo le ragazze si sentono sicure e tranquille, le vedo serene

Romano – Certo ma la statistica ci dice che se le atlete non riescono ad entrare tra le prime otto, come teste di serie, diventa complicato andare avanti. Per esempio nell'ultima Olimpiade soltanto due ragazze sono riuscite a far medaglia e non facevano parte del gruppo delle teste di serie. Quindi, capisci, è importante che oltre a

qualificarsi si riesca ad entrare nelle prime otto.

Ji – Il judo italiano, secondo te, come è piazzato nel mondo, quale posto occupa in una ipotetica classifica? Se ti ricordi la nazionale di Pierantozzi e compagne era molto temuta a livello internazionale.

Romano – Sì certo e anche i risultati parlano chiaro sul loro valore. Obiettivamente i risultati di quegli anni sono di gran lunga maggiori di quelli che raccogliamo adesso. Ma c'è da dire che il judo è molto cambiato. Adesso non ci sono nazioni cuscinetto, non ci sono squadre nazionali che si allenano poco o che non sono così preparate ad un judo di alto livello. Si organizzano stage internazionali ai quali partecipano tutte le nazioni indistintamente quindi il judo mondiale è cresciuto a dismisura rispetto a quegli anni. Devi pensare, poi, che le medaglie olimpiche che le prendano i maschi o le femmine, sono, giustamente, di pari livello per cui molte nazioni hanno investito molto sulla nostra disciplina anche perché le medaglie in palio sono molte.

Ji - Per cui anche nazioni che prima non risultavano proprio nel medagliere oggi posso affacciarsi con dignità.

Romano – Certo. Senza nulla togliere a nessuno ma se parliamo, per esempio, della Colombia una volta non la sentivi nominare, oggi ha una ragazza a 70 kg che è due volte campionessa del mondo, senza contare tutto il resto del curriculum. Lei come tante altre ragazze di paesi che nel judo non avevano mai fatto un'apparizione di livello. Allora è vero che i risultati di quella nazionale sono stati di grande valore ma non possiamo paragonarli al tipo di organizzazione di competizioni che ci sono oggi.

Ji – In questo scenario l'Italia?

Romano – Collocarla in una posizione esatta è complicato per le cose che ti dicevo ma noi abbiamo una buona scuola. Poi, è ovvio che ci sono generazioni più forti e generazioni che sono un po' più sottotono. Ma questo è naturale in ogni sport, ci sono corsi che terminano e altri che iniziano ma che non potranno mai, per nessuna ragione, nel bene e nel male, essere come i precedenti. Noi, comunque, abbiamo una buona tradizione e una buona scuola, è chiaro che sono i numeri fisici a mancarci. Dovremmo avere più atleti agonisti a disposizione ma gli agonisti stanno sempre più scemando in Italia e risulta difficile, nei pochi numeri a disposizione, avere scelte come le hanno le grandi nazioni del judo che possono contare su un numero di partecipanti che noi, in questo momento, non siamo in grado di avere.

Ji – Solo questo fa la differenza?

Romano – Considera che ci sono molte nazioni che hanno più soldi a disposizione per le preparazione dei propri atleti rispetto alla nostra Federazione, per questo possono permettersi di essere presenti ovunque. Devi sapere che in Europa ci sono allenatori nazionali che prendono anche 40.000 dollari al mese per svolgere il loro lavoro, fino a non molto tempo fa questa cosa era impensabile. Questo la dice lunga su come e quanto stia cambiando questo movimento. Il Presidente dell'IJF sta cercando di portare il nostro sport a livelli di "spendibilità" altissimi per

favorire l'interesse dei media.

Ji –Pensi voglia farlo diventare uno sport professionistico?

Romano – Credo che l'intento sia proprio quello di portare il judo a tutti tramite le dirette televisive a livello internazionale e livellare la capacità tecnica delle nazioni per cui ogni incontro diventa un incontro di "cartello" da seguire. D'altronde chi vede oggi una gara di judo e si ricorda com'erano le competizioni appena 10 anni fa si accorge subito che è tutto un altro sport, da come è presentato, dall'entrata degli atleti sul tatami, ai nuovi regolamenti, ai nuovi colori del tatami stesso che rendono meglio l'immagine televisiva. Non credo che nulla sia lasciato al caso, c'è uno studio affinché il judo possa essere uno sport seguito da tutti, anche da coloro che del judo non sanno proprio nulla. E non credo che questo movimento si fermi qui, è in continuo progresso e sicuramente il futuro ci riserverà sorprese in questo senso.

Ji – Secondo te al judo italiano cosa manca?

Romano – Bella domanda, è difficile dare una risposta semplice perché i fattori che intervengono sono molteplici. Per quello che ci dicevamo prima, sicuramente avere più agonisti a disposizione sarebbe già un bel passo avanti; la promozione dovrebbe essere più accattivante rispetto ai ragazzi e alle ragazze e dovrebbe far capire alle famiglie i valori del nostro sport. Comunque sono i numeri a fare la differenza. Abbiamo scuole di judo veramente egregie in Italia ma non fanno più judo come una volta, in molte di queste scuole si comportano da professionisti e, buon per noi, riescono sempre a darci atleti di ottimo livello. Dovremmo avere più scuole in linea ma dobbiamo mettere in campo capacità e formatori di alto livello. C'è anche da dire, però, che se dai un'impronta esclusivamente agonistica alla tua scuola rischi di perdere tutti quelli che all'agonismo non sono interessati ma la palestra deve pur vivere. È un discorso difficile da affrontare.

Ji – Pensi che le nostre scuole di judo sparse in Italia siano delle buone scuole?

Romano – Sono sicuro che in Italia ci siano persone con grandi capacità ma bisognerebbe metterli in condizione di poter lavorare con tranquillità, da un punto di vista economico, e di dar loro il sostegno tecnico necessario perché si riesca a parlare una sola lingua tecnica dalla base fino alla nazionale.

Ji – Questo aiuterebbe il nostro sport a risollevarsi?

Romano – Questo aiuterebbe il judo a riprendere l'attività, a rimettersi in moto con indubbi risultati sia tecnici che in termini di visibilità. Fare un buon judo in ogni parte del nostro paese vuol dire avere più voci che parlano dei loro figli o dei loro nipoti che abbiano preso una medaglia più o meno importante per la società ma molto importante per loro. Il buon judo distribuito a livello capillare diventa un movimento importante.

Ji – I sogni?

Romano – Chiaramente Rio, è inutile dirlo e medaglie quante più possibili.



Ji – E oltre Rio?

Romano – Oltre Rio la Federazione ha iniziato un progetto interessante per i nostri giovani che dovrebbero partecipare a Tokyo. Un progetto serio e interessante che ha davanti a sé un lungo cammino ma è stato programmato in maniera professionale. Molti di questi ragazzi ora sono in Giappone. In effetti o si fa così o diventa complicato qualunque obiettivo. La medaglia non viene così, dal giorno alla notte, gli atleti vanno preparati in maniera adeguata e costruiti per il grande evento. Nel nostro staff abbiamo un nutrizionista, uno psicologo, medici in varie specialità ecc. La medaglia non si inventa più, la medaglia va costruita grazie ad una squadra che sa lavorare insieme e ad una Federazione, come la nostra, che sostiene i programmi con determinazione e professionalità. Siamo sulla strada giusta, la Federazione ci ha messo a disposizione tutto, ora sta a noi saper sfruttare questa occasione.

Ji – Tokyo è un bel progetto ma ambizioso, abbiamo i numeri e le capacità per portarlo avanti?

Romano – Noi abbiamo individuato i più promettenti. Certo i numeri sono pochi e speriamo che andando avanti molti altri se ne possano aggiungere. Abbiamo un obiettivo serio, lo abbiamo programmato, lo stiamo portando avanti e adesso dobbiamo portarlo al traguardo.

Ji – Parlando di te, cosa vorresti ti portasse il futuro? Non necessariamente legato al judo se vuoi

Romano – In questo momento, come allenatore di judo, sono immerso in questo progetto e penso soltanto al programma e ai risultati salvaguardando le ragazze. Le mie ambizioni sono rivolte tutte verso i risultati in questo campo. È sicuramente un mio limite non pensare ad una vita futura oltre il judo ma vivo di questo per passione e questa passione mi rimarrà sempre dentro.

Ji – Partirai per Baku e seguirai le tue ragazze, c'è qualcosa che gli devi dire?

Romano – Non posso dire nulla alle ragazze della Nazionale perché tutte danno il loro massimo rendimento ad ogni gara, sia che facciano risultato sia che non riescano a salire sul podio. Ma il judo è questo e i giorni negativi possono influenzare il rendimento, come è normale. Quello che dico sempre è che devono dare il massimo delle loro capacità e uscire senza rimpianti e senza rimorsi dal tatami. Ci sono categorie molto difficili, vedi i 63 Kg dove gareggia Gwende dove le prime cinque al mondo sono europee, questo sta a significare che non sono competizioni semplici e prendere una medaglia ad uno dei tanti tornei in programmazione è quasi come prendere una medaglia al campionato del mondo. Le nostre atlete non sono da meno delle altre e chiedo loro soltanto di crederci fino in fondo e giocarsi ogni opportunità perché possono salire sul podio come fanno le altre. Dico spesso alle ragazze che il percorso sportivo debba necessariamente crescere proporzionalmente a quello personale, cercando di migliorarsi sempre, per far sì che si possa comunque uscire da vincenti a prescindere dal risultato sportivo, dove in tanti partono ma in pochi arrivano.

Ji – Io ci credo. Sono convinto che le ragazze ci daranno grandi soddisfazioni e ti ringrazio per questa bella chiacchierata.

Romano – Io credo che la nostra prima chiacchierata l'abbiamo fatta tantissimi anni fa e quando prima dicevo che sei il primo che ho conosciuto nel judo che ha saputo far parlare di noi non mi sbagliavo. Per noi è motivo di orgoglio visto che il nostro sport non è molto seguito. Grazie a te e a tutti coloro i quali ci permettono di avere la giusta visibilità.

Dario sorride e rivedo in lui quel volto di ragazzo che sapeva guardare al futuro con la speranza di migliorarsi e con la voglia di dare tutto se stesso per il suo judo.

Oggi vive per la squadra e per "le sue ragazze" ben consciente che ha abnegato tutto a favore di questo importante impegno che lo occupa 24 ore su 24 ma:

"Questa è la mia vita Pino, non saprei vivere senza e, forse, è da incosciente non preoccuparsi del futuro ma il futuro non potrà mai esistere se non avrò vissuto bene il mio presente".

Quando gli stringo la mano penso che il judo italiano ha bisogno di questa forza d'animo, di questo spirito giovane che non smette di crederci e non si arrende di fronte a nulla.

Primo stage

“Dojo Scapin”



Dai proviamoci!” 2 parole scritte su un whatsapp da Ylenia Scapin hanno dato via al tutto, 2 parole, unite a un po’ di follia ed entusiasmo, hanno concretizzato chiacchiere al telefono e progetti fatti nei mesi passati: “il primo stage Dojo Scapin”, uno stage di judo aperto a tutti qui in Trentino Alto Adige, sotto la sua guida. Lei a Roma, noi a Bolzano, dopo aver fissato una data iniziamo a cercare una palestra disponibile. Non facile considerando il poco tempo a disposizione ma finalmente la troviamo a Salorno (BZ), al confine tra il Trentino e l’Alto Adige. Le inviamo qualche foto

del luogo, le misure del tatami e finalmente arrivano quelle due parole tanto attese: “Dai proviamoci!” e con un po’ di emozione abbiamo iniziato ad organizzare tutto. Cerchiamo di diffondere la notizia dello stage il più possibile via mail e tramite Facebook, sperando che la notizia arrivi a tutti in tempo. Con l’arrivo delle prime iscrizioni la tensione lascia il posto all’entusiasmo. Intanto Ylenia manda il programma: 3 gruppi divisi per età e orario. Per immortalare l’evento chiamiamo il fotografo Luca De Marchi, uno dei migliori, che per più di quattro ore ha seguito lo stage senza staccare l’obiettivo dai judoka. Tutto



pronto! La data è arrivata e con lei anche gli atleti. Si comincia con i più piccoli dai 5 ai 9 anni. Esercizi ludici e judo, i bambini guardano Ylenia con un po' di soggezione che presto si trasforma in divertimento e l'allenamento è accompagnato dalle loro risate. Foto e autografi di rito poi avanti con i più grandini, fino agli esordienti A. Qualche battuta, tanto entusiasmo e la voglia di imparare da una campionessa il segreto di come vincere in gara. Cercano di fare coppia sempre con i loro compagni di palestra, un po' timidi a mescolarsi con gli altri, ma grazie anche all'aiuto dei loro tecnici e allenatori, finiscono ben presto per cambiare le coppie e fare amicizia. Altra ora finita, iniziano i grandi: da esordienti B a master. Qualche truccetto Ylenia lo insegna anche a loro e tutti ad ascoltarla, a riprovare le tecniche, forse più emozionati dei bambini: loro l'hanno vista salire sul podio alle Olimpiadi e potersi adesso allenare con lei fa a tutti un certo effetto. Ancora qualche giro di randori e finisce questo stage. Circa 70 atleti tra i 5 e i 50 anni hanno calcato il tatami. La soddisfazione di tutti ha ripagato gli sforzi fatti e la tensione accumulata. Il primo stage Dojo Scapin è passato, grazie a chi c'era, a chi ha dato il suo contributo anche solo con un sorriso, e grazie a Ylenia per averlo reso possibile, adesso prepariamo il secondo!

Il Judo oltre “quota 400” e “quota 100 gold”

di LIVIO TOSCHI

Alla vigilia del Campionato europeo di Judo kata a Herstal la FIJLKAM vantava 1.030 medaglie: 256 d'oro, 325 d'argento, 449 di bronzo. Le 1.030 medaglie erano così divise tra le nostre discipline: Judo 396 (98 O, 128 A, 170 B), Karate 242, Lotta 202, Pesistica 172, Sumo 14, Sambo 4. Devo precisare che ho conteggiato le medaglie della Pesistica fino al 2000 (nel 2001 si è costituita FIPCF) e quelle del Karate a partire dal 1995 (quando è divenuto Settore federale). La Federazione, inoltre, ha gestito il Sambo per pochi anni, fino al 1984.

Concluso il Campionato d'Europa di kata con la conquista di 14 medaglie (5 O, 7 A, 2 B), possiamo esultare per i prestigiosi risultati del Judo italiano,

che in un colpo solo ha superato le 400 medaglie complessive (ora sono 410), le 100 medaglie d'oro (ora sono 103) e le 100 medaglie europee nel kata (ora sono 111).

La situazione attuale in dettaglio è quella evidenziata nelle tabelle allegate: una relativa al medagliere della FIJLKAM, l'altra al medagliere del Judo.

Il medagliere federale aggiornato si può consultare anche agli indirizzi web:

<http://www.fijlkam.it/default.ashx?pagina=5>

<http://liviotoschi.webnode.it/fijlkam/medagliere/>

*

La prima medaglia in una grande competizione internazionale di Judo fu vinta da Elio Volpi all'Eu-

Medagliere della FIJLKAM

	OLIMPIADI			CAMPIONATI MONDIALI			CAMPIONATI EUROPEI			GIOCHI DEL MEDITERRANEO			WORLD GAMES		
	O	A	B	O	A	B	O	A	B	O	A	B	O	A	B
Lotta GR	6	4	9	1	4	6	3	2	17	14	20	28			
Lotta SL	1	0	0	0	2	4	2	3	4	7	18	26			
Lotta F	0	0	0	0	1	1	0	3	5	5	1	5			
Pesistica M	5	4	5	3	8	11	4	17	25	24	22	17			
Pesistica F	0	0	0	0	0	0	3	12	12						
Judo M	2	2	2	0	3	9	10	20	29	20	16	27			
Judo F	1	1	6	5	3	8	14	32	48	6	10	7			
Judo Kata				0	10	8	45	38	28						
Karate M				8	6	13	35	32	33	8	5	10	7	7	2
Karate F				3	6	7	12	9	15	5	4	9	1	1	4
Sambo				0	0	3	0	1	0						
Sumo				0	1	2	1	4	6						
	15	11	22	20	44	72	129	173	222	89	96	129	8	8	6
	48			136			524			314			22		

Aggiornato al 24 maggio 2015 (dopo il Campionato Europeo di Judo kata disputato a Herstal)

Le medaglie vinte sono complessivamente 1044 (261 d'oro, 332 d'argento, 451 di bronzo)

JUDO italiano

FIJLKAM / Medagliere del Judo

	OLIMPIADI			CAMPIONATI MONDIALI			CAMPIONATI EUROPEI			GIOCHI DEL MEDITERRANEO		
	O	A	B	O	A	B	O	A	B	O	A	B
Judo M	2	2	2	0	3	9	10	20	29	20	16	27
Judo F	1	1	6	5	3	8	14	32	48	6	10	7
Judo Kata				0	10	8	45	38	28			
	3	3	8	5	16	25	69	90	105	26	26	34
	14			46			264			86		

Aggiornato al 24 maggio 2015 (dopo il Campionato Europeo di Kata disputato a Herstal)

Le medaglie vinte sono complessivamente 410 (103 d'oro, 135 d'argento, 172 di bronzo)

FIJLKAM / Medagliere del Judo: Kata

	CAMPIONATI MONDIALI			CAMPIONATI EUROPEI		
	O	A	B	O	A	B
2005				3	1	1
2006				3	2	1
2007				4	2	0
2008				3	3	1
2009	0	2	3	3	3	0
2010	0	3	2	7	3	7
2011	0	1	1	5	5	4
2012	0	2	1	3	5	5
2013	0	0	1	4	4	3
2014	0	2	0	5	3	4
2015				5	7	2
	0	10	8	45	38	28
	18			111		

Aggiornato al 24 maggio 2015 (dopo il Campionato Europeo di Kata disputato a Herstal)

Le medaglie vinte nel Kata sono complessivamente 129 (45 d'oro, 48 d'argento, 36 di bronzo)

ropeo del 1951 (1° kyu), disputato al Palais des Sports di Parigi, e la prima medaglia d'oro la conquistò Nicola Tempesta all'Europeo del 1957 (+80 kg), alla Henergje Hall di Rotterdam. I campionati d'Europa si aprirono alle donne nel 1975: a Monaco di Baviera l'Italia raccolse 2 argenti (Franca Luzzi e Margherita De Cal) e 2 bronzi (entrambi con Laura Di Toma, che gareggiò nei 66 kg e nell'open). La stessa Di Toma conquistò l'oro l'anno seguente, a Vienna.

Felice Mariani vinse la prima medaglia italiana sia ai Mondiali (alla Stadthalle di Vienna nel 1975), sia alle Olimpiadi (al Vélodrome Olympique di Montréal nel 1976), ambedue di bronzo e ambedue nei 63 kg. L'oro maschile arrivò nel 1980 con Ezio Gamba allo Stadio Lenin di Mosca (71 kg).

Le donne disputarono il loro primo Mondiale nel 1980, al Madison Square Garden di New York, e Margherita De Cal ci regalò subito l'oro (+72 kg).

Alle Olimpiadi, dopo il 3° posto di Alessandra Giunghi nel 1988 (ma a Seul il Judo femminile era sport dimostrativo), fu Emanuela Pierantozzi a darci l'argento nel 1992 (66 kg), al Palau Blaugrana di Barcellona. Per l'oro si dovette attendere il 2008, quando Giulia Quintavalle si affermò nell'University of Science and Technology Gymnasium di Pechino (57 kg).

Il Judo maschile entrò nel programma dei Giochi del Mediterraneo nel 1971: nella Sala degli Sport a Izmir (Smirne) Giuseppe e Alfredo Vismara si aggiudicarono la medaglia d'oro (63 e 70 kg), Libero Galimberti quella di bronzo. Le donne parteciparono per la prima volta ai Giochi nel 1997, alla Fiera del Levante di Bari, e il loro bottino fu un oro (Pierantozzi nei 66 kg), 2 argenti e 2 bronzi.

A proposito del kata, che tante soddisfazioni ci sta dando, ricordo che il primo Europeo ebbe luogo al Triangle Leisure Centre di Londra nel 2005 e cogliemmo 3 ori (nage-no-kata, ju-no-kata, Kodokan-goshin-jitsu), un argento e un bronzo. Il primo Mondiale si disputò al Cottonera Sport Complex di Malta nel 2009 e allora le medaglie furono 2 d'argento e 3 di bronzo.

Fra le coppie plurivittoriose spicca quella formata da Ubaldo Volpi e Maurizio Calderini, che agli Europei si è aggiudicata ben 14 medaglie d'oro: la prima nel 2005 (ju-no-kata), le ultime due a Herstal (Kodokan-goshin-jitsu, over 47 e open).

Sul kata si vedano le due apposite tabelle.

FIJLKAM / Medagliere del Judo: Kata

	CAMPIONATI EUROPEI		
	O	A	B
U. VOLPI – M. CALDERINI	14	2	0
A. FREGNAN – S. MOREGOLA	6	2	0
D. MAINENTI – A. FACCIOLI	6	1	0
I. SOZZI – M. FRITTOLI	4	3	1
E. PAPARELLO – N. RIPANDELLI	3	3	1
S. PROIETTI – S. DI LELLO	3	2	1
G. DE CERCE – G. PADOVAN	2	4	2
S. PROIETTI – A. VARAZI	2	2	0
M. SATO – A. SACILOTTO	2	1	2
A. GRANDI – N. GRANDI	2	1	0
E. CALÀ – F. POLO	1	0	3

Le coppie vincitrici delle 45 medaglie d'oro

FIJLKAM / Medagliere del Judo

	OLIMPIADI			CAMPIONATI MONDIALI			CAMPIONATI EUROPEI			GIOCHI DEL MEDITERRANEO		
	O	A	B	O	A	B	O	A	B	O	A	B
E. GAMBA	1	1	0	0	2	0	1	2	1	2	1	1
G. MADDALONI	1	0	0	0	0	0	2	2	2	1	0	1
G. QUINTAVALLE	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
E. PIERANTOZZI	0	1	1	2	0	1	2	3	2	1	0	0
G. GIOVINAZZO	0	1	1	0	0	0	1	1	4	3	0	1
Y. SCAPIN	0	0	2	0	0	3	1	2	5	2	1	0
F. MARIANI	0	0	1	0	0	3	3	1	0	2	1	0
L. MORICO	0	0	1	0	0	0	1	3	1	1	0	1
R. FORCINITI	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0
A. GIUNGI	0	0	1*	1	1	1	2	2	4	0	0	0

* Nel 1988 il Judo era sport dimostrativo

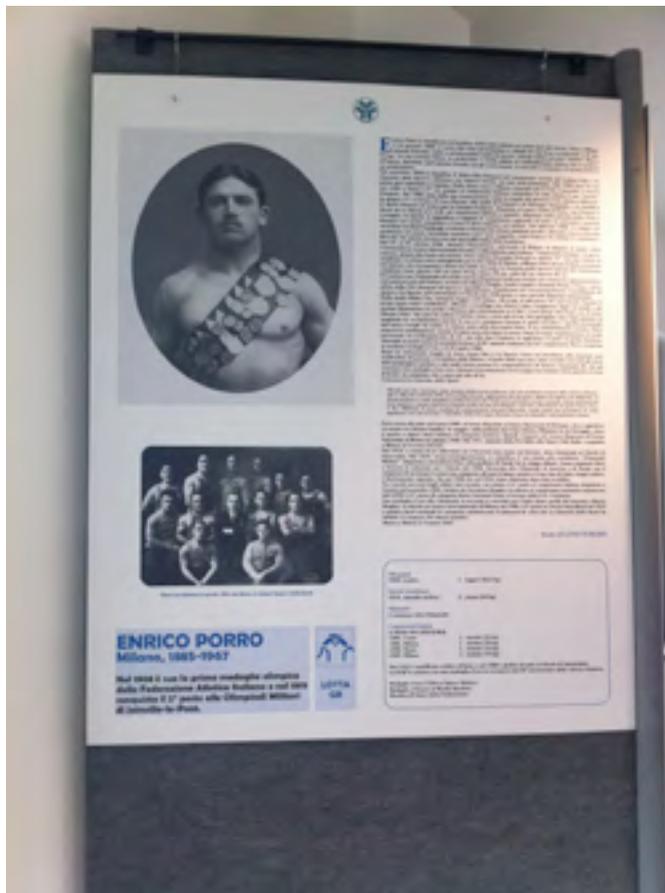
Gli atleti vincitori di medaglie alle Olimpiadi

Racconto di una visita alla Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali (FIJLKAM)

In aprile, durante un viaggio in Italia – realizzato per partecipare a un seminario promosso dalla Società Italiana di Storia dello Sport (SISS) – ho avuto l'opportunità di conoscere la Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali (FIJLKAM) e anche di apprezzare l'inaugurazione di una mostra d'arte intitolata *Il meraviglioso mondo degli Animali* che è stata allestita dal Professor Livio Toschi, consulente storico della suddetta federazione nonché Direttore artistico del Museo degli Sport di Combattimento.

Localizzato al Lido di Ostia, località balneare del Comune di Roma, il Centro Olimpico della FIJLKAM è il risultato di un ambizioso progetto edilizio di circa di 40.000 metri quadrati, che dispone di un Palazzetto dello Sport, di palestre e di altri spazi destinati agli allenamenti e alle gare di atleti che praticano i più vari stili di combattimento come lotta, judo, karate, sumo, ecc., e serve inoltre come centro di preparazione olimpica.

Tornando al vernissage in precedenza citato, confesso che inizialmente mi è parso un po' strano assistere a un'esposizione dedicata al mondo animale in una federazione sportiva. Questa esperienza, però, associata alla visita che ho fatto alla Sala Monticelli (che deve il nome al fondatore della federazione) e soprattutto alla Hall of Fame – mostra permanente, anch'essa facente parte del Museo della FIJLKAM, destinata a preservare la memoria di atleti e dirigenti italiani di grande spessore nello





scenario sportivo internazionale – mi ha permesso di fare profonde riflessioni sul valore che noi attribuiamo (o non attribuiamo) a determinate forme di manifestazioni culturali come lo sport.

Così, mentre passeggiavo fra sculture di leoni, giaguari, lupi, ecc. e osservavo dipinti di cani, gatti, pesci e molto altro ancora, ho ricordato l'importanza della ricomparsa nel 1970 della Nuova Storia*, un movimento storiogra-



fico che presentava nuove forme di aggancio al passato e d'interpretazione della realtà utilizzando fonti prima trascurate (testimonianze orali, fotografie, dipinti, ecc.). Tuttavia, nonostante l'apertura operata da queste nuove connessioni e dalla continua proliferazione di tracce storiche passibili d'analisi, lo sport è ancora trattato come argomento periferico, quando non addirittura "marginale". In questo senso la visita al Museo degli Sport di Combattimento è stata allo stesso tempo una lezione "viva"





e pure una dimostrazione incontestabile che le pratiche sportive – così come gli allenamenti, i calendari delle gare, le associazioni sportive, il comportamento dei tifosi, tra gli altri fattori – non sono separate della realtà, ma costituiscono una fra le tante dimensioni che conformano la vita sociale e perciò meritano l'attenzione di storici e di altri ricercatori delle Scienze Sociali. In questo modo, attraversando le differenti sezioni del Museo, specialmente la Hall of Fame, ho avuto il privilegio di trovarmi davanti a fotografie, pagine di giornali, cartoline, medaglie (alcune di partecipazione ai Giochi Olimpici), fasce di campione del mondo, oggetti personali che sono stati perlopiù donati dalle famiglie di atleti che fanno parte della storia degli sport di combattimento in Italia.

Ho potuto conoscere molto del passato di lottatori olimpici, come il milanese Enrico Porro (1885-1967), vincitore dei Giochi Olimpici di Londra nel 1908, e il barese Pietro Lombardi (1922-2011), che pure ha conquistato la medaglia d'oro nella seconda edizione londinese delle Olimpiadi nel 1948. Ancora nella Hall of Fame ho avuto l'opportunità di approfondire la vita avventurosa del triestino Giovanni Raicevich (1881-1957), campione europeo nel 1905 e mondiale nel 1907 e 1909 di lotta professionistica, considerato all'epoca il lottatore più forte del mondo. Raicevich, che era stato anche campione di "sollevamento pesi in ponte" (moto d'iperestensione della colonna vertebrale realizzato soltanto con l'appoggio delle piante dei piedi e della testa al suolo), è passato dalla carriera atletica al cinema acquisendo grande visibilità grazie al suo fisico possente e alle sue doti di lottatore.

Il Professor Toschi, laureato in architettura, ha una vastissima conoscenza storica, come dimostra la sua produzione bibliografica che, oltre agli innumerevoli articoli (alcuni pubblicati in riviste scientifiche italiane di riferimento), conta anche svariati libri di eccellente qualità e in particolare due che riguardano le modalità sportive di combattimento: *FIJLKAM: 110 e lode! Centodieci anni di storia (1902-2012)* e *L'arte della lotta. La lotta nell'arte / L'antichità*.

Su queste due pubblicazioni apro una parentesi: la prima tratta della storia della FIJLKAM e del suo sviluppo in centodieci anni di attività e la seconda – per la quale il Professor Toschi è stato premiato dal Comitato Olimpico Nazionale Italiano (CONI) – presenta lo studio delle diverse forme di combattimento attraverso la storia, sulla base di fonti letterarie e artistiche come sculture, pitture, disegni, ecc. Un vero capolavoro tanto nel senso figurato quanto letterale.

Molto potrebbe essere ancora scritto sulle attività della FIJLKAM o sul Museo degli Sport di Combattimento, ma lo spazio è tiranno e concludo dunque questo testo con alcune foto che documentano un po' del "bagaglio" che ho portato con me dal Lido di Ostia.

La mia perplessità sullo spazio concesso all'esposizione Il meraviglioso mondo degli Animali subito si è dissolto quando ho sentito una domanda che è venuta da un gruppo di persone che chiacchierava osservando una delle pitture della mostra: "Senti, hai già guardato il film Kung Fu Panda?". Questa semplice interrogazione ha sbloccato il mio pensiero e mi ha fatto riflettere che in fin dei conti il mondo animale e gli sport di combattimento interagiscono più di quanto riuscissi a immaginare.

* La Nuova Storia è considerata un movimento di reazione al modo di pensare la conoscenza storica in maniera univoca e ufficiale, frutto dell'influenza di Leopold Von Ranke (1795-1886) con la sua eccessiva attenzione ai fatti e il desiderio di trovare la verità della/nella Storia. La lettura delle opere *New Perspectives on Historical Writing* e *What Is Cultural History?* di Peter Burke chiarisce in maniera eccellente la transizione del paradigma rankeano o "tradizionale" di produzione della conoscenza storica al modello culturale storiografico culturalista.

Rodrigo Cribari Prado

Docente presso il Centro Universitário UniBrasil (Curitiba – PR)

Mestre em Educação Física pela Universidade Federal do Paraná

Gli albori del Judo in Italia (IV)

Umberto Cristini, un colto sportivo giramondo, cercò di divulgare il jujitsu in Italia

di Livio Toschi

Ho scritto nel numero precedente che il 30 maggio 1908, durante le feste organizzate a Roma dalla Società nazionale per il movimento dei forestieri e dall'Istituto nazionale per l'incremento dell'educazione fisica, si assisté alla prima dimostrazione tutta italiana di jujitsu.

Nel giugno 1909, durante la seconda festa sportiva organizzata a Roma dall'INIEF, all'Arena Nazionale (poi Teatro Eliseo) si tenne una nuova dimostrazione. Presentati dal 2° capo torpediniere Emanuele Vegliante, si esibirono il capo timoniere Giuseppe Guzzardi e il capo cannoniere Romolo Scarinei (Vegliante e Guzzardi erano gli stessi del 1908 a villa Corsini). La manifestazione questa volta ebbe però minore risonanza.

Soltanto nel 1911 si tornò a parlare di jujitsu grazie a Umberto Cristini.

*

Cristini nacque a Rezzato (Brescia) il 10 luglio 1878. Laureato in chimica, poliglotta, fu uomo di notevole e versatile ingegno, che lo portò anche a organizzare manifestazioni artistiche e spettacoli teatrali. La rivista *Lo Sport fascista* così lo ricordava nel giugno 1930: «Alto, asciutto, vigoroso, Cristini aveva una maschia fisionomia, l'occhio vivace, il tratto signorile».

Vita avventurosa la sua: nel Transvaal combatté valorosamente coi Boeri contro la Gran Bretagna, guadagnandosi l'amicizia di Christiaan Rudolf de Wet. Il leggendario generale boero, «in ricompensa

Cristini a Johannesburg nel 1905 (è il secondo da destra)





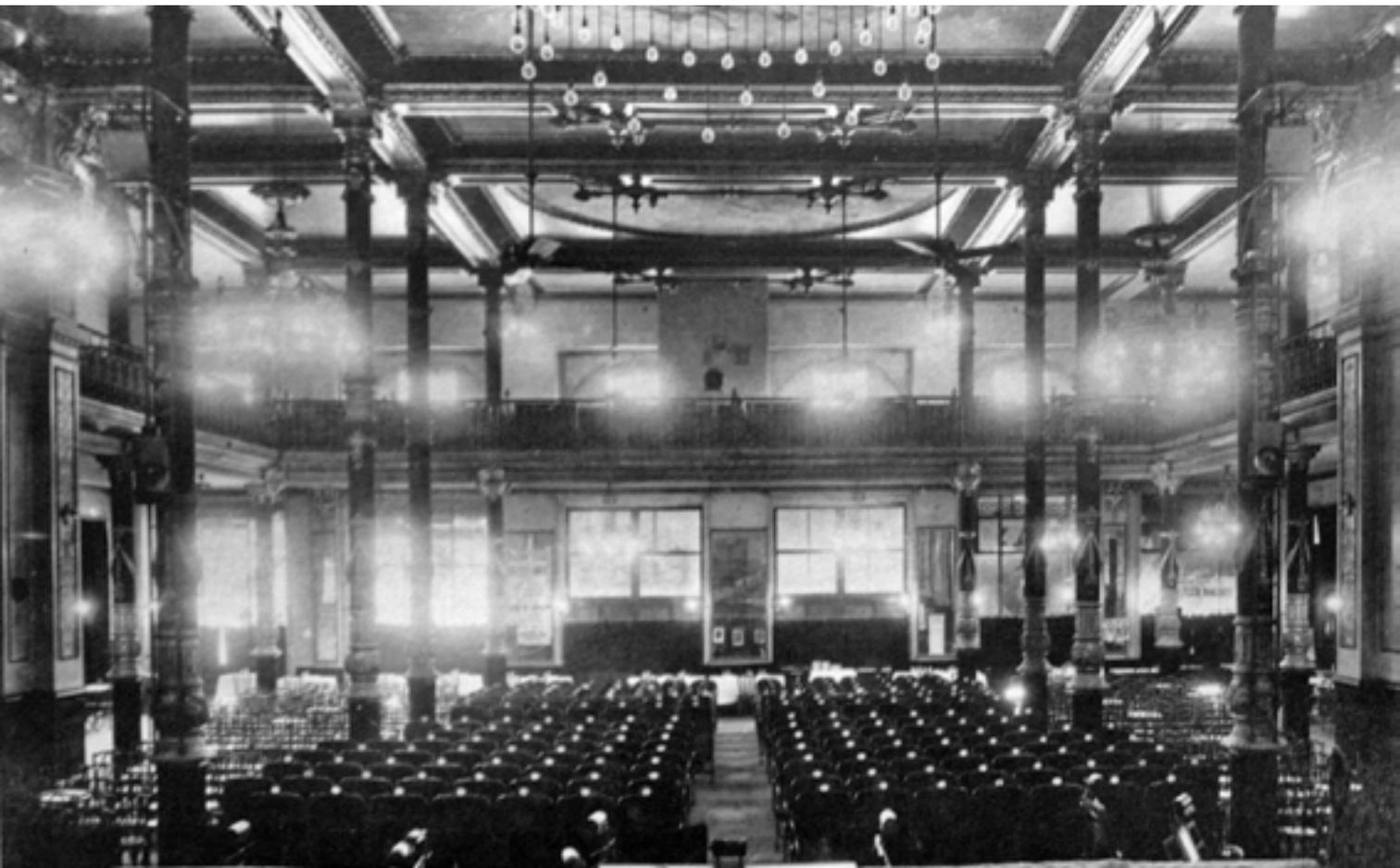
Il giapponese Akitaro Ono a Milano nel 1911

degli atti di valore compiuti», acconsentì perfino che Umberto assumesse il cognome Cristini Dewet. Nel Transvaal il poliedrico Umberto apprese il jujitsu e vinse per 4 anni il campionato locale.

La sala del teatro Eden a Milano, dove Cristini affrontò Ono

*

Dal 16 gennaio 1911 si disputò al teatro Eden di Milano il Torneo di lotta delle Nazioni, cui presero parte numerosi campioni professionisti, tra i quali l'invincibile triestino Giovanni Raicevich e Akitaro Ono, un giapponese esperto di judo (4° dan del Kodokan) ma voglioso di misurarsi nella greco-romana. Ono era già stato negli USA, a Cuba, a Berlino, a Londra, dove aveva collaborato con Uyenishi al Golden Square Dojo, e a Parigi, dove Raicevich lo aveva sconfitto durante il campionato mondiale 1908. In Italia Akitaro si fermò poco e dopo essere stato nuovamente battuto da Raicevich raggiunse l'amico Mitsuyo Maeda a L'Avana. Durante il torneo milanese Ono sfidò i lottatori occidentali a misurarsi con lui nella sua disciplina preferita, offrendo 200 lire – una bella somma per l'epoca – a chiunque fosse riuscito a restare in piedi per almeno due minuti. Raccosero la sfida Ambrogio Andreoli, campione italiano di lotta (pesi massimi) nel 1910, e Cristini, più volte – come si è detto – campione di jujitsu in Sud Africa. L'estroso bresciano praticava anche il pugilato e fu il primo arbitro ufficiale italiano di boxe, assieme al celebre giornalista sportivo Arturo Balestrieri.





Giovanni Raicevich: neppure il jujitsu può fermare il campione triestino

Il 28 gennaio Andreoli venne sconfitto in soli 20" con un *tomoe-nage* e successivo strangolamento. Il 29 gennaio, sempre quale "contorno" al torneo di lotta, Cristini sostenne un brillante incontro con Ono, dimostrando «inconfutabilmente di essere uno specialista finissimo nell'arte nipponica della difesa personale» (*La Gazzetta dello Sport*, 30 gennaio 1911). Pur avendo abilmente schivato diversi attacchi, dovette però arrendersi dopo 4'20" a uno

La facciata del teatro Trianon a Milano, dove Cristini affrontò Raicevich



sgambetto del corpulento avversario seguito da uno strangolamento a terra.

Visto il successo dell'incontro, il giorno seguente i due erano nuovamente di fronte in un'applaudita esibizione che voleva far comprendere al pubblico le principali tecniche della disciplina, certamente efficaci e spettacolari, ma ancora assai nebulose, non solo per gli spettatori. Infatti, non esistendo un regolamento internazionale, gli atleti dovevano di volta in volta accordarsi con l'arbitro sulle norme da applicare.

Al Trianon di Milano, due settimane dopo la chiusura del torneo all'Eden, una troupe di giapponesi si esibì in combattimenti di sumo e di jujitsu. Anche



Cristini a Montélimar nel 1914. Nella foto indossa il cappello boero che portava nel Transvaal e la camicia rossa dei garibaldini

questa volta Cristini si fece avanti senza paura, venendo sconfitto il 9 marzo 1911 dal forte Agatawa dopo 8' di strenua difesa.

Da ricordare, nel novembre 1911 e nel gennaio 1913, le sfide milanesi ad Andreoli (Teatro Lirico) e a Giovanni Raicevich (Trianon) per dimostrare la superiorità del jujitsu sulla lotta greco-romana. Il primo match, durato 5', finì in parità; il secondo non ebbe storia: Raicevich, eludendo un tentativo di *tomoe-nage*, portò a terra l'avversario, gli bloccò il braccio destro tra le gambe e mise in leva il sinistro. Vinse pertanto l'incontro in 40" e il temerario Umberto uscì malconco dal combattimento.

Nonostante l'entusiasmo profuso e la curiosità iniziale del pubblico (che la stampa dell'epoca cercava di soddisfare con pubblicazioni spesso dozzinali), Cristini incontrò difficoltà pressoché insormontabili

a propagandare la disciplina in un paese che nella greco-romana vantava solide tradizioni e grandi campioni come Raicevich e Ubaldo Bianchi, Elia Pampuri ed Enrico Porro. Mostrava un totale disinteresse per la lotta giapponese anche la Federazione Atletica Italiana (fondata a Milano il 18 gennaio 1902), che in quel periodo si occupava di lotta greco-romana, di sollevamento pesi e di pugilato, ma non voleva sentir parlare di lotta libera, né tanto meno di catch o di jujitsu.

*

Grazie alla fama di grande preparatore conquistata in Sud Africa (fra i tanti atleti che si affidarono alle sue cure cito il maratoneta Charles Hefferon, secondo ai Giochi di Londra nel 1908), Cristini divenne allenatore e massaggiatore del famoso pugile francese Georges Carpentier, campione mondiale. Ha scritto Camillo Marabini nel libro *La rossa avanguardia dell'Argonna*: «Umberto a Parigi è l'enfant gâté degli ambienti sportivi». Scoppiata la Grande Guerra, mentre l'Italia restava

Cristini in una foto del 1914





Garibaldini nelle Argonne: il primo da destra è il colonnello Peppino Garibaldi, il secondo è Cristini

ancora neutrale, Cristini si arruolò volontario tra gli oltre duemila garibaldini del 4° reggimento della Legione straniera, che si apprestavano a combattere nelle Argonne al comando del colonnello Peppino Garibaldi, nipote dell'Eroe dei Due Mondi. Commentò *Lo Sport illustrato* nel gennaio 1915:

«Cristini era, si può dire, il più popolarmente simpatico, sia fra i soldati e gli ufficiali che fra gli abitanti di tutti i luoghi dove ha sostato la legione. Era stato per molto tempo intendente del reggimento; pensava a tutto, era l'uomo indispensabile in ogni circostanza, il braccio destro del colonnello Bertin, il comandante del deposito di Montélimar, che lo prediligeva fra tutti gli ufficiali italiani. Quando il reggimento partì per il fronte, Bertin lo invitò a rimanere con lui. Ma Cristini era un veterano di una guerra gloriosa: egli che aveva combattuto già coi Boeri non poteva ora rimanere lontano dal fuoco».

Nei sanguinosi scontri del 26 dicembre 1914 e del 5 gennaio 1915 caddero Bruno e Costante Garibaldi, fratelli di Peppino. Cristini – che comandava i mitraglieri del 2° battaglione – morì il 9 gennaio 1915, a soli 37 anni. Come ha ricordato Marabini nel suo libro, venne citato all'Ordine del Giorno dell'Armata: «Il sottotenente Cristini l'8 e il 9 gennaio si mostrò degno di un antico romano: ferito, continuò a incoraggiare i suoi uomini e a battersi fino alla morte». «Abbracciatemi Peppino. Viva l'Italia!», furono le sue ultime parole.

Scompariva così, scrisse *La Gazzetta dello Sport* il



Cristini nella postazione di mitragliatrici da lui comandata

15 gennaio 1915, «una delle più simpatiche e originali figure dello sport italiano». Ma tutti i garibaldini combatterono valorosamente, lasciando sul campo 300 morti e 400 feriti. Gli stessi ufficiali francesi li definirono “meravigliosi”. Il 4° reggimento fu sciolto il 6 marzo 1915, alla vigilia dell'entrata in guerra dell'Italia.

*

Il 30 marzo 1924 venne costituita a Roma la Federazione Ju-Jitsuista Italiana, ma nessuno si ricordò del precursore Cristini. Soltanto molti anni più tardi Giovanni Valente, presidente della Federazione Italiana Atletica Pesante (già FAI), istituì i Trofei di Propaganda e nel 1943 intitolò a Cristini – chissà perché – non il trofeo di judo, ma quello di lotta libera. Poi ancora silenzio sull'eroico “sportivo in camicia rossa” finché non cominciai io, molti anni fa, a interessarmi di questo affascinante personaggio, certamente meritevole di maggiore considerazione da parte degli storici.

JUDO *italiano*

Art. Dip. 001

柔道
Scuola di Judo

l. Allievo _____
Dopo aver superato le prove teoriche e pratiche
è stato promosso

Cintura _____
il Maestro _____ il Presidente _____

JUDO

Art. Dip. 002

柔道
Scuola di Judo

自他共栄
精力善用

l. Allievo _____
Dopo aver superato le prove teoriche e pratiche
è stato promosso

Cintura _____
il Maestro _____ il Presidente _____

JUDO

Se vuoi essere originale e uscire dagli schemi, per i tuoi ragazzi usa i diplomi di **JUDO italiano** creati apposta per dare un tocco di originalità all'immagine della tua scuola.

Diplomi cm 30x21 in cartoncino 300 gr - stampa tipografica

Minimo d'ordine n° 50 pezzi

€ 0,80 cad

Personalizzazione + € 20,00

Art. Dip. 003

柔道
Scuola di Judo

自他共栄
精力善用

l. Allievo _____
Dopo aver superato le prove teoriche e pratiche
è stato promosso

Cintura _____
il Maestro _____ il Presidente _____

JUDO

Art. Dip. 004

柔道
Scuola di Judo

自他共栄
精力善用

l. Allievo _____
Dopo aver superato le prove teoriche e pratiche
è stato promosso

Cintura _____
il Maestro _____ il Presidente _____

JUDO

Info: www.judoitaliano.it
info@judoitaliano.it

Le Rane nello Stagno

Ignorano l'Oceano

Il senso dei Kata tra tradizione e agonismo

di DJANGO

Il Judo, in quanto disciplina di vita, implica un percorso di continuo apprendimento che tra i più esperti può produrre controversie circa l'esecuzione delle tecniche e la dinamica dei gesti atletici. Questo problema - che tuttavia se accolto con disponibilità può aprire la strada a una proficua crescita degli amanti della materia - è particolarmente evidente nello studio dei kata. Diversamente dal precedente articolo, nel quale è stata analizzata la dinamica e le criticità di una specifica tecnica, il kata guruma, lo scopo di questo scritto è quello di esaminare il senso della pratica dei kata nel Judo moderno, sia sotto il profilo amatoriale sia agonistico.

I kata, secondo Jigoro Kano, sono parte integrante dell'insegnamento del judo. Se la comunicazione ha lo scopo di produrre contenuti, nessun contenuto - spiegava il fondatore - sarà mai realmente comprensibile svincolato dalle regole mediante le quali esso assume un dato significato nel suo contesto. Kano ha più volte ribadito la funzione dei kata rifacendosi all'esempio della grammatica. Il kata è la grammatica. Il randori è il contenuto della comunicazione. Non c'è vero Judo senza entrambi questi elementi. E ciò, semplicemente, perché "quando siamo esperti solo di grammatica non riusciamo a scrivere un buon messaggio, mentre scrivere senza tener conto della grammatica non permette una comunicazione efficace". Soprattutto per chi ha intenzione di acquisire lo spirito del Judo nella sua pienezza è quindi necessario giungere a una profonda conoscenza dei principi e delle tecniche di kata e randori, e quindi delle strategie di nage, katame e ate (Jigoro



Kano, Judo, 1918).

I kata hanno una funzione complementare e non sussidiaria nell'apprendimento del Judo. Chi insegna o pratica il Judo a esclusivo scopo agonistico, però, in genere, non li ritiene propedeutici allo shiai, bensì un elemento trascurabile del metodo, se non addirittura una perdita di tempo nell'ambito del processo evolutivo della performance judoistica del praticante. Per Kano, la massima espressione del Judo è invece in uno shiai che esprime i principi dinamici della disciplina con grande maestria grammaticale, quindi le strategie del randori, e il principio del miglior impiego dell'energia (Seiryoku Zen'yō).

C'è comunque da dire che i kata negli ultimi anni hanno ottenuto un riconoscimento e una diffusione probabilmente senza precedenti, almeno in Italia. Il merito di ciò deve essere attribuito a quei maestri (non molti) che nel tempo hanno promosso l'importanza del loro studio senza lasciarsi condizionare dalle tendenze speculative dell'agonismo fine a se stesso, e senza per questo mai trascurare, allo stesso tempo, la preparazione atletica e agonistica dei judoka ai fini del combattimento agonistico. Il Judo è kata e randori. Questa è la ricetta dello shiai.

L'estensione della pratica agonistica dei kata - a livello





nazionale, europeo e mondiale - ha negli ultimi anni affermato l'importanza della pratica delle "forme" e fortemente ampliato la platea di praticanti ed esperti. A fronte dell'indubbio successo della gare di kata sotto questo profilo, da un punto di vista autocritico è però doveroso ragionare su tutti gli effetti generati dalla diffusione del kata agonistico. La domanda, a riguardo, è la seguente: è possibile che le gare abbiano anche tolto qualcosa ai kata, alla loro essenza e funzionalità nell'ambito dell'insegnamento del Judo? A nostro avviso la risposta è affermativa. Pur rimanendo ancora oggi i kata una pratica di nicchia, ovvero un settore apparentemente distinto della disciplina e sconnesso dall'esercizio libero - e ciò nonostante l'apporto delle gare - la rilettura in chiave agonistica della "grammatica del Judo" ha enfatizzato l'aspetto della codificazione dei movimenti, in modo tale da indurre gli atleti a una meccanizzazione delle azioni talvolta discutibile e tale da snaturare il senso e lo spirito dei kata. L'exasperazione delle standardizzazione delle forme di attacco-difesa, seppur funzionale ai giudici atti a valutare la performance judoistica nell'esecuzione dei kata in gara, ha in parte distorto il significato della pratica dei kata, ponendo in secondo piano l'espressione dei principi sottesi a ogni forma, che invece sono anima e ragione di questo studio. Nel kata agonistico si assiste a un crescente riferimento a particolari spesso ininfluenti ai fini dell'efficacia tecnica, che attiva l'attenzione dei giudici su particolari di secondo piano o prettamente di forma piuttosto che sugli elementi fondati le azioni di attacco-difesa come la postura, gli squilibri, l'efficacia delle tecniche di lancio e controllo, di leve e soffocamenti, la corretta esecuzione degli atemi e l'uso delle armi (materie queste ultime sconosciute ai judoka moderni che nell'ambito di una corretta esecuzione dei kata implicano uno studio e una pratica ad hoc).

L'imputato, però, non è qui l'agonismo dei kata, ma il senso delle cose. Tant'è che i kata eseguiti dagli indiscussi campioni mondiali giapponesi esprimono libertà di

movimento decisamente superiore a quella adottata da noi occidentali, giacché la loro esecuzione è in primis rivolta a dimostrare il principio, l'efficacia della tecnica e il giusto atteggiamento, fisico e mentale. L'idea che un kata sia semplicemente una successione meccanica di movimenti è ancora oggi molto diffusa nell'ambiente judoistico e probabilmente è essa stessa all'origine delle "mancate vocazioni" di tanti praticanti e insegnanti. I kata sono percepiti come un qualcosa di estraneo a una realistica dinamica di attacco-difesa. Sono visti come una noiosa materia d'esame, da imparare a memoria solo perché parte di un programma di graduazione, come una pratica riservata a chi non vuole o non può più gareggiare nello shiai. Ma il kata non è né un ripiego per sciancati judoka né un vezzo per pignoli, bensì un mezzo necessario alla comprensione della disciplina. Chi anche dopo decenni di pratica di Judo si avvicina allo studio delle forme, seppur spesso costretto a mettere in discussione proprie conoscenze e credenze, si fa in realtà un grande regalo, quello di avanzare nella Via del Judo come mai avrebbe creduto di poter fare.

"Le rane nello stagno ignorano l'oceano", recita il proverbio giapponese con il quale abbiamo titolato questa piccola rubrica, di cui il presente è il secondo scritto. A nostro parere la passione per il Judo deve infatti portare al confronto continuo, alla pratica del metodo nella sua interezza, e quindi a balzare dallo stagno all'oceano del sapere, per migliorarci sotto il profilo fisico, mentale e spirituale, e renderci più utili al prossimo e alla società.

Django

Centro studi di Judo Kata tradizionale

Asd Judo Preneste G. Castello

Via di Villa Lauricella, 4

00176, Roma

Tel. 06.21701546

SUCCESSO ACSI

MONTESILVANO 4 -7 Giugno 2015

Si è appena concluso il secondo Stage Nazionale di Arti Marziali ACSI, ospitato anche questo anno dal Bluserena Village di Montesilvano. Quasi 300 i praticanti intervenuti che hanno instancabilmente lavorato da giovedì a domenica sotto la guida attenta di una rosa docenti singolarmente internazionale, così come internazionale è stata l'affluenza allo stage, che ha visto partecipanti raggiungerci dalla Spagna, dall'Inghilterra e dalla Germania. Il Fulcro dell'attività si è raggiunta sabato, con una partecipazione attiva di 200 tra tecnici e praticanti, che a rotazione hanno occupato le cinque aree allestite ad hoc per l'occasione.



JU JITSU
TAE KWON DO
MUAY BORAN
JUDO

SHUAI JIAO
TAIJI CHUAN
AIKIDO
DIFESA PERSONALE
KARATE

STAGE NAZIONALE 4-7 GIU 2015
DI ARTI MARZIALI

MONTESILVANO (PE)
Hotel Residence Serena Majestic

INFOLINE: www.acsiartimarziali.it
www.acsi.it
segreteria@acsi.it
artimarziali@acsi.it

Ospiti Internazionali di questo Stage un frizzante ed energico Fernand Capizzi, impegnato nel settore agonistico del fighting, che anche questo anno ha dimostrato quanto la didattica e la voglia di fare siano fondamentali per crescere atleti completi e preparati; Il Maestro Pere Calpe, che ci ha raggiunti dalla Catalogna, del settore del Nihon Tai Jutsu, come sempre garanzia di esperienza e professionalità, ha curato, invece le lezioni sul lavoro tecnico, insieme al Maestro Krishna Gopal del Kurodaya che ci ha raggiunti da Amsterdam per condividere con noi la sua singolare esperienza marziale. Non di rilevan-



STAGE NAZIONALE ARTI MARZIALI ACSI MONTESILVANO 2015



za inferiore la partecipazione attiva dei docenti nostrani, tra cui il Maestro Ferdinando Tavolucci che ha tenuto nei 4 giorni di stage delle splendide lezioni tecniche di studio tecnico per il settore dedicato al Judo tradizionale, insieme al Maestro Massimo Boresta e ai Maestri Giovanni Campitelli e Sergio Cecchini. Il Maestro Maurizio Di Giuseppe che ha curato le lezioni dedicate allo Hon Tai Yoshin Ryu, Il Maestro Vittorio Sola, che ancora una volta ha unito la sua esperienza legale a quella tecnica, il Maestro Antonio Langiano che insieme all'allenatore della Nazionale Italiana di Lotta Cinese, Alessio Pasciulli, ha guidato un gruppo atleti compatto che ha lavorato senza sosta. Il Maestro Alberto Salvatori del Karate, Stefano Mazzilli per lo Hikari Aikido, Il Maestro Rai mondo Sarnella impegnato nel lavoro tecnico agonistico e nel lavoro didattico pedagogico nella giornata di domenica, il Maestro Daniele Mazzoni del Nihon Tai Jutsu che oltre al faticoso lavoro marziale, ha portato sul tatami e fuori tanti sorrisi e tanti nasi rossi... Il Gruppo docenti ACSI, è stato coinvolto infatti nell'iniziativa "black belt/red nose", che ha come obiettivo quello di dare supporto alla Clown Therapy negli ospedali, sensibilizzando a riguardo l'opinione pubblica. Sempre di terra Italica i docenti impegnati nel settore della difesa personale, della Muay Boran e della Krav Maga.

A concludere le 4 giornate di stage la consegna dei passaggi di grado sabato sera, che ha visto un trio tutto fem-



minile essere onorificato con due quinti dan ed un sesto. Particolarmente significativa in ultimo, Domenica, una giornata d'esami, perchè gli esami non finiscono mai, che ha visto persone di tutte le età sottoposte a severo scrutinio da parte di un gruppo docenti molto attento e scrupoloso.

Degna di nota la guida del Maestro Giancarlo Bagnulo che ha sapientemente gestito le fila dell'organizzazione dello Stage, che è intervenuto in modo mirato laddove necessario, garantendo una gestione ottimale dell'evento.

Dal prossimo numero La difesa personale al Femminile

Il Maestro Giancarlo Bagnulo ci
spiegherà come comportarci in
situazioni di pericolo che possono
presentarsi nel quotidiano



Ad ogni uscita
diversa situazione
dalla violenza
domestica al bullismo





adidas

antonio is all in

JUTE
SPORT



adidas

OFFICIAL DISTRIBUTOR

Via Marco Aurelio, 35 Tel.: 02 26145255
20127 Milano Fax: 02 2613232
Italia info@budomarket.com
www.budomarket.com

antonio esposito
world junior champion