

Suzuki
Judo
italiano

BUDAPEST
SENIORS & TEAMS
Aug 28-03 Sept 2017
#JudoWorlds2017



Belli a Budapest



Belli a Budapest

Foglio informativo a cura dell'Associazione Judo Italiano

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

Le foto sono di Pino Morelli

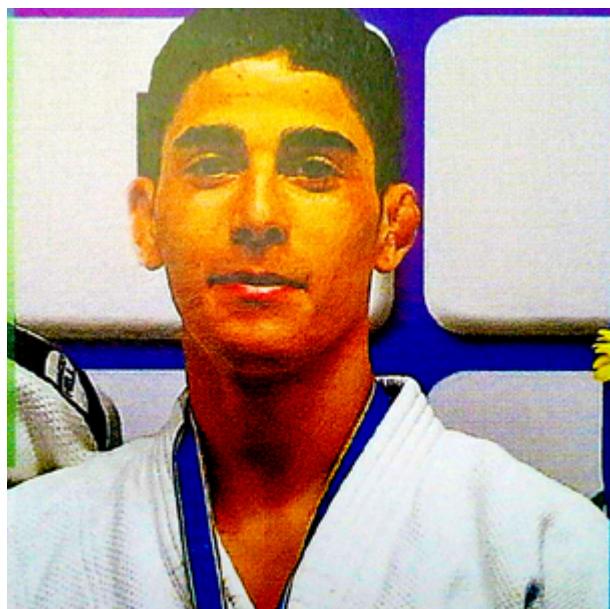
La foto di copertina sono di IJF

Hanno collaborato a questo numero:

- Giancarlo Bagnulo
- Emanuele Di Felicianantonio
- Ylenia Giacomi
- Pino Morelli
- Gianluca Nirchio
- Federica Pasqualini
- Emanuele Perini
- Fabio Tuzi



6



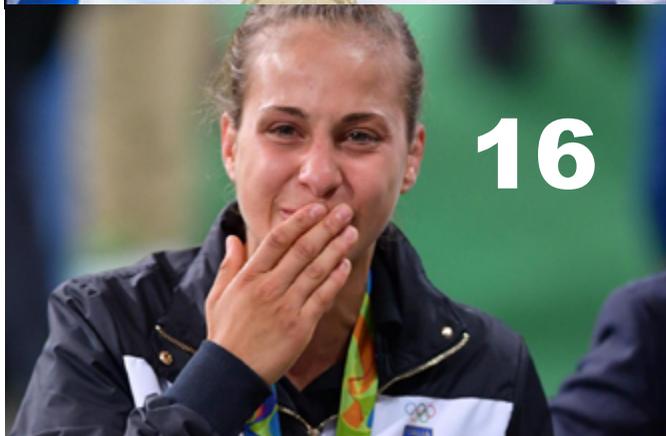
10

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



11

Agosto 2017



Editoriale **5**

Si Ricomincia

Budapest 2017 **6**

tra aspettativa e speranze

I nostri a Budapest **10**

Elios Manzi

I nostri a Budapest **11**

Matteo Marconcini

I nostri a Budapest **13**

Susy Galeone

I nostri a Budapest **16**

Antonio Esposito

I nostri a Budapest **18**

Odette Giuffrida



Toshihiko Koga



Yasuhiro Yamashita



Willem Ruska



Shozo Fujii



Anton Geesink



Robert Van De Walle



Katsuiko Kashiwazaki



David Douillet



"Ganbaru"

Questa maglia è dedicata a tutti i judoka.

Ganbaru (頑張る) letteralmente "non cedere", traslitterato anche come gambaru, è un verbo giapponese molto comune che significa, approssimativamente, "lavorare tenacemente in tempi difficili". La parola ganbaru è spesso tradotta nel significato di "fare del proprio meglio", ma in pratica significa fare più del proprio meglio. La parola enfatizza il "sopportare con coraggio le difficoltà". Ganbaru significa "impegnare tutto sé stessi in un obiettivo per portarlo a termine". Può essere tradotto nel significato di "persistenza", "tenacia", "risolutezza" e "duro lavoro".

Tornano in mente le parole di una poesia di W. Ernest Henley che dice:

Ringrazio qualunque Dio esista

Per la mia anima invincibile

Il mio capo è sanguinante,

Ma non chino.

E ancora la minaccia degli anni

Mi trova e mi troverà senza paura.

Non importa quanto stretto sia il
passaggio,

Quanto piena di castighi la vita,

Io sono il padrone del mio destino,

Io sono il capitano della mia anima.

JUDO
italiano

Per acquistare la t-shirt scrivere a:

vendite@judoitaliano.it

indicando il numero delle maglie che si desidera acquistare, le taglie, l'indirizzo di spedizione - comprensivo di CAP, ed un eventuale numero di telefono per la consegna dei pacchi

Editoriale

Si ricomincia.

Ma che differenza c'è tra il Rugby e il Judo?

Prima di settembre, dal 27 agosto, per la precisione, si inizia un nuovo quadriennio che ci porterà a Tokyo 2020. Questo nuovo Campionato del Mondo da il via al Circo del judo e da qui si dipaneranno scelte infinite che porteranno, i nostri atleti, in alto nella Ranking List o a lasciare definitivamente il judo agonistico ma tutto, anche se con incidenza minore, dipende anche da noi. Perché? Avete presente il Rugby? Posso parlare solo della Nazionale perché non conosco i club o società minori ma vorrei soffermarmi sulla Nazionale perché è stato un fenomeno di immagine e di forza data dei suoi fans. Mi ricordo una Nazionale che perdeva sempre però aveva un numero maggiore di ammiratori ad ogni partita che faceva ed a ogni incontro aumentavano gli sponsor. Perdevano però avevano più pubblico e più sponsor. C'è stata un grande lavoro sull'immagine dello sport e dei nazionali; si raccontavano storie sul gioco e sui loro protagonisti. Erano storie che dicevano, sostanzialmente, come erano i giocatori, parlavano della loro vita e sulle privazioni e motivazioni che li spingevano a praticare il Rugby, erano storie di ordinaria vita ma che facevano intuire che, loro, da lì a poco sarebbero diventati idoli anche perdendo perché al pubblico, alla gente del Rugby non interessava che loro vincessero ma che si battessero con i grandi campioni da pari a pari. E poi il terzo tempo avrebbe fatto riflettere tutti sugli errori o sui clamori di una partita epica. Che differenza c'è tra il Rugby e il Judo? Ecco, dovremmo fare tutti come i fan del Rugby. Noi che non possiamo calcare i tatami mondiali e siamo costretti a tifare guardando la tv o internet dobbiamo sapere che, noi, possiamo fare solo le cose giuste. Possiamo tifare anche quando andranno al tappeto e si rialzeranno perché nel momento in cui lo faranno possiamo essere sicuri che la prossima volta che saliranno sul tatami saranno più decisi a dimostrare quello che valgono. Una volta per tutte dobbiamo bandire le parole inutili e dobbiamo fare più judo in tutti i modi: parlare, raccontare, allenarsi, parlare dei nostri campioni e di tutti quelli che hanno fatto questo sport epico. Raccontiamo di come Geensik abbia ammutolito i giapponesi ai giochi Olimpici a Tokyo, di come Kashiwazaki abbia vinto con "furiko tomoe nage" lo splendido Campionato del Mondo nel 1981 o del gigante Ruska che non aveva avverari o di Robert Van De Walle che ha combattuto fino alla veneranda età di 40 anni. E poi, la prima medaglia Olimpica conquistata da Mariani e dopo anni quella d'Oro di Mosca, del 1980, conquistata da Ezio Gamba per non parlare delle donne a cominciare con la Di Toma, la Pierantozzi, la Zimbaro, la Scapin, la Quintavalle, la Morico per arrivare fino ai giorni nostri con Odette Giuffrida. Ecco, questa è una breve carrellata di campioni nostrani e sicuramente ne avrò dimenticati molti, ma non me ne vogliono perché sto parlando anche di loro anche se non li ho citati. Sto parlando dell'amore per il judo che tutti i judoka dovrebbero avere e dovrebbero far venire a chi li ascolta. Il marketing per gli sport minori si fa così, parlando dei suoi protagonisti, raccontando le storie che li hanno portati sul tatami e invitando le altre persone a conoscerli. Poi verranno anche gli sponsor, ma di quelli non è che sia un bisogno impellente. Rugny Docet.

Ci vogliamo noi con il nostro cuore a tifare per i nostri ragazzi. Che vincano o perdano, l'importante è che sono lì, sul quel tatami mondiale. Che vincano o perdano, voi saprete fare meglio?

Dopo un breve editoriale dove abbiamo messo le foto di alcuni judoka che hanno fatto la storia dei mondiali, seguiranno le interviste ad alcuni ragazzi della Nazionale che abbiamo trovato nel Centro Olimpico di Ostia prima che andassero in ritiro a Bardonecchia. Dopo andranno ai Mondiali: un solo grido "Daje, ragà, Daje".

Dino Morelli

JUDO italiano

Budapest

Tra Aspettative e Speranze

di Pino Morelli
foto IJF

Si avvicinano i Mondiali e molti di voi, sono sicuro, staranno aspettando al “varco” Fabio Basile e Odette Giuffrida. Perché vogliono vedere se si ripeteranno, se prenderanno ancora le medaglie dello stesso valore di Rio o, nel caso di Odette, se migliorerà. Gli occhi, dunque, sono puntati su di loro. Ma vorrei dire due cose. C'è già stata la polemica di Fabio che ha fatto il giro dei giornali scandalistici e del web per la sua partecipazione a “Ballando con stelle” facendo contenti quelli che dei gossip ne vanno matti. Lasciamo perdere i gossip della sua presunta relazione con la ballerina (ritengo che sono fatti suoi e nessuno deve “impicciarsi”) ma c'è chi sosteneva che Fabio stesse lasciando il judo, non c'è l'avrebbe fatta a fare altre gare, prova ne è la sua mancata



CHELYABINSK • 2014

World
Championships

JUDO

WWW.WORLDJUDO2014.RU



R U S S I A

partecipazione agli Europei, perché ormai "s'era ammollato", "la bella vita" gli avrebbe dato alla testa. Invece vorrei dire che Fabio a fatto bene anon fare gli Europei, è stata una scelta azzeccata almeno ha potuto allenarsi bene per i Mondiali, e anche dalle sue scelte che si vede un campione. E mi sento da dire, che anche quando faceva il programma, Fabio si allenava duramente, non ha mai smesso di allenarsi e questo lo posso dare per certo. Ha fatto una scelta che va rispettata, d'altronde Fabio è un tipo estroverso, è curioso della vita e fa quello che più gli piace. Ora tutti si aspettano che ripeta l'Oro Olimpico di Rio, anche io, però dobbiamo considerare che è aspettato più di tutti da quelli che ha battuto, che sconvolto con le



CHAMPIONNATS
DU MONDE
JUDO

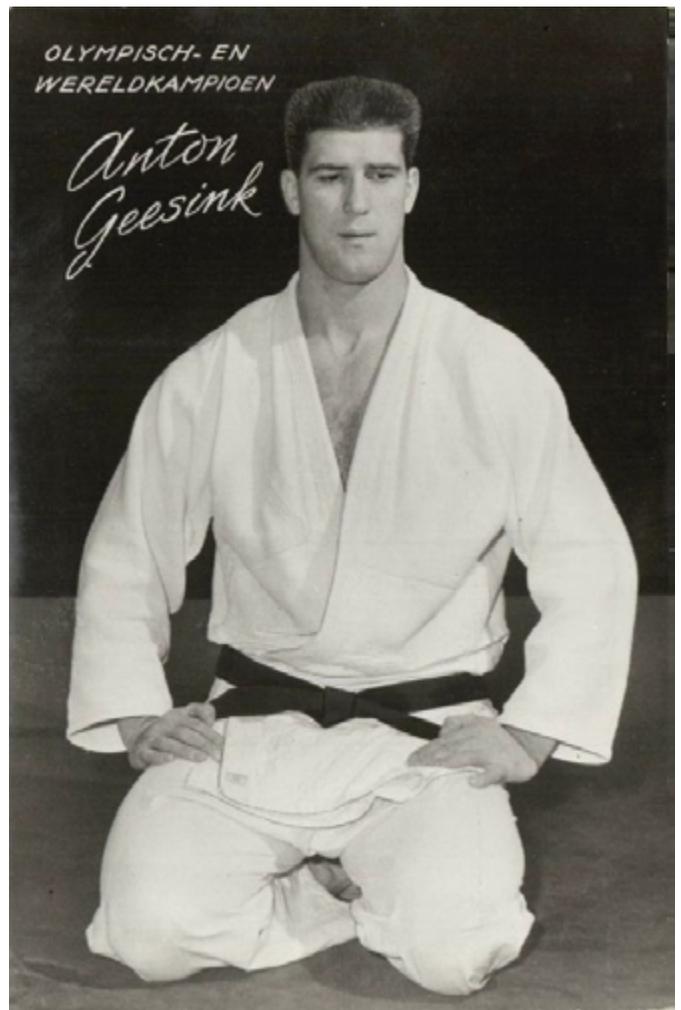
2011
PARIS

23 au 28 août 2011.
www.ffjudo.com



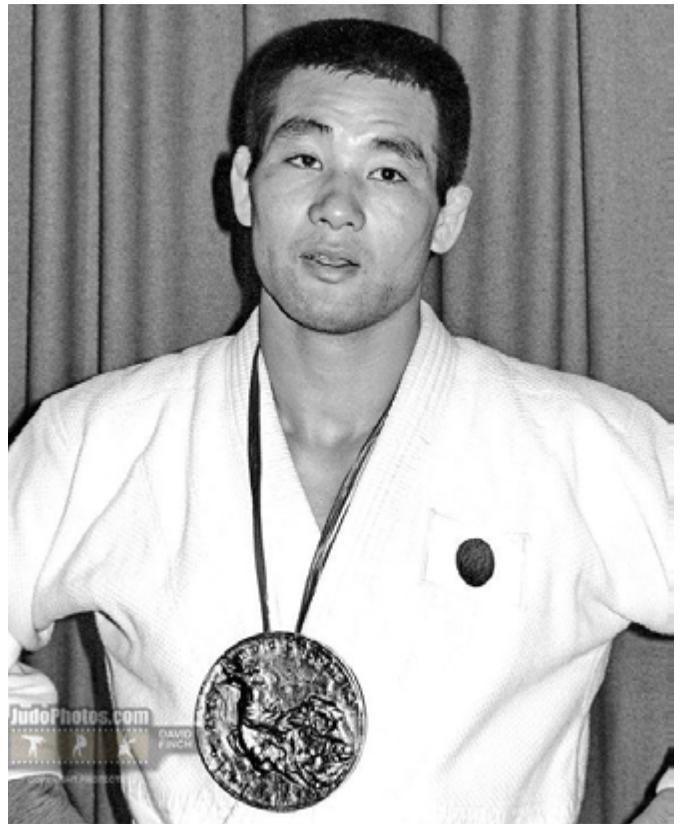
OLYMPISCH- EN
WERELDKAMPIOEN

Anton
Geesink





sue tecniche, quelli che si sono visti surclassati da questa tempesta inaspettata. E quelli sono agguerriti, a cominciare dal campione del mondo, ve lo ricordate, quello della finale. Ha fatto tutto Fabio, tutto quello che gli era possibile ora sta tutto in mano al suo estro, alla sua fantasia nella tattica e calma. Non gli facciamo



del bene a fargli pesare le nostre aspettative perché, in fondo sono le nostre. Tifiamo per lui sapendo che non va a scontrarsi con i “soffiatori di minestrina” ma sono tutti papabili al podio. Odette, una volta che sono finite le Olimpiadi ha subito le parole degli affabulatori del tatami:



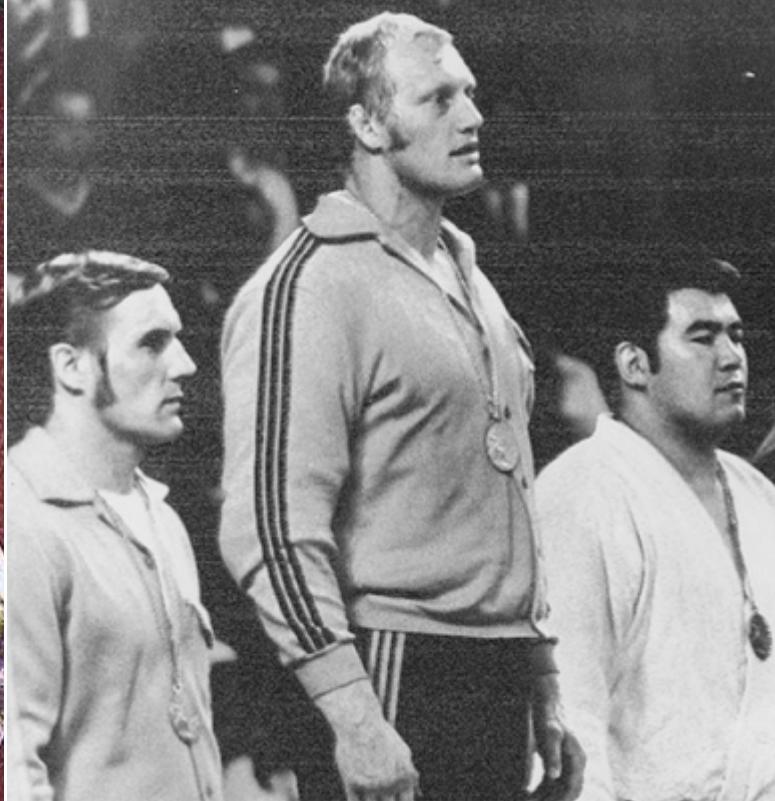
JUDO italiano
8





日本体育大学
日本体育大学女子短期大学
就職部

TEL 03-5706-0905 FAX 03-5706-0912



combattere contro i più forti alla pari anzi li batte agilmente. Anche lui, prima dell'Olimpiadi ha avuto una serie di infortuni gravi però si è qualificato per Rio con meno di 5 gare. Poi Gwende quando capirà che una campionessa potrà battere anche Tina Trstenjak perché è una grande judoka che si deve ricordare come si vince. E cosa dire di Elios Manzi che ha impressionato tutti a Rio per la risolutezza a combattere e il coraggio dimostrato (perché lì ci vuole coraggio a montare su quei tatami) nell'affrontare "quei brutti ceffi" che aveva contro mentre lui sembrava un ragazzino? E poi c'è Susy Galeone. La napoletaneità al quadrato. Calma, tranquilla però tenace fino alla fine. L'altro napoletano, quello che ci fece sognare quand'era ancora giovane, adesso sembra che Antonio Esposito abbia trovato la sua categoria, è giovane ancora e sono sicuro che ci darà grandi soddisfazioni. Adesso sta tutto nelle loro mani, nel loro judo. Noi possiamo assistere ai combattimenti cercando di essere fieri di starci, di essere presenti alla storia.

Come andrà non possiamo saperlo, io spero bene. Che tutti i sogni si avverino, che si aprano tutte le porte ai nostri campioni. Che il sole di agosto faccia brillare le medaglie ma, ancor prima, il judo italiano.

dicevano che lei era soddisfatta del secondo posto e non ha combattuto nella finale. Una ragazza, come Odette, che arriva in finale si accontenta? Poteva vincere la medaglia d'Oro ma ha lasciato perdere... Non si prende neanche in considerazione in fatto che l'avversaria era la più forte e non ha mai sbagliato gare da dopo le Olimpiadi. Non si prende in considerazione che può aver sbagliato tattica? Ora parte motivata, sta bene, e serena ma gli "acciacchi" non sono finiti. Non c'è la fa a piegare un gomito, deve fasciarselo per poter combattere, tant'è vero che una volta finito il Mondiale dovrà operarselo. Non è una giustificazione, è proprio così. Sul quel tatami mondiale ci voleva stare e ci andrà. Poi c'è Marconcini "Matteo il Superbo", così come lo chiamo io, capace di

JUDOKA

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

T-Shirt



Portachiavi



Magneti



Informazioni: info@judoitaliano.it

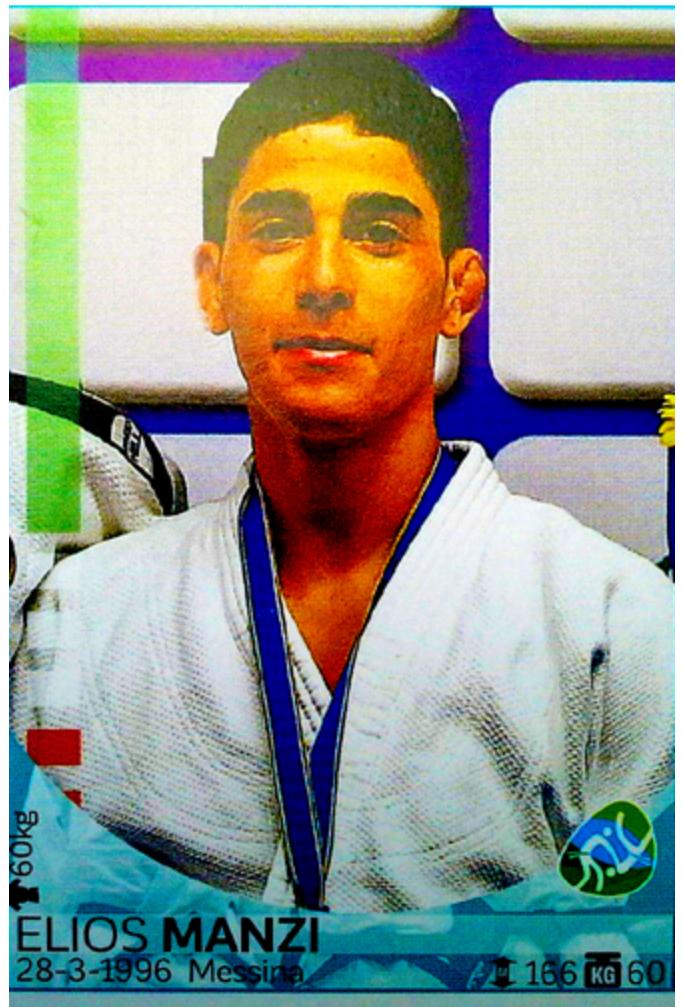
Elios Manzi

Il ragazzino di Furci Siculo che sogna, un giorno, di allenarsi al proprio paese

Elios Manzi è un tipo di poche parole, è più un tipo da azione. Ha iniziato a 7 anni a praticare il judo con Corrado Bongiorno presso L'Airon Judo '90, Furci Siculo. È un atleta meticoloso, non lascia niente al caso, infatti si prepara più del dovuto e non sfugge al normale allenamento e anche quando il nostro Direttore Tecnico gli dice di riposarsi perché l'infortunio gli passi più velocemente, lui fa sì con la testa e poi il giorno dopo lo trovi lì, sul tatami che dice: "Stavo qui soltanto per sgranchirmi le gambe...". Non ci sa stare fermo e non ci può stare lontano dal tatami. Liceo classico e scienze politiche, legge libri anche se non ha un autore preferito ma ha un campione preferito nel judo: Inoue. Ogni tanto gioca al calcetto, ascolta musica pop, gli piace passeggiare ma l'amore per il Giappone gli fa nutrire un sogno, visitarlo meglio e chissà che non sia proprio tra quattro anni. Fa il judo perché gli fa battere forte il cuore, come a una innamorata e per lei rispetto e spirito di sacrificio. Ma è un tipo attaccato alle sue tradizioni, se potesse scegliere un posto per allenarsi vorrebbe andare: "...a casa mia, a Furci Siculo oppure in Giappone". Della sua vita di agonista, che gli preserva indubbe restrizioni, pensa che è quello che gli piace fare e per cui non rimpiange nulla della vita "normale"; l'unica cosa che gli pesa: "Il peso in gara è un fattore psicofisico che non devo mai sottovalutare". Non c'è ragione di farlo smettere di fare judo, è ancora giovane ma non smetterebbe nemmeno se vincessero l'Olimpiade. Cosa ha da dire a chi vuole cimentarsi nel mondo del judo agonistico: "Direi che i sacrifici sono all'ordine del giorno ma che una vittoria ripaga appieno gli sforzi fatti".

A buon vedere questo, ragazzo siculo oltre ad aver partecipato già ad una Olimpiade e avere al suo attivo ben 37 medaglie guadagnate sui tatami di tutto il mondo che cosa ha fatto? Ma questa non è la domanda giusta. La domanda vera è: cosa ci farà

vedere questo ragazzo siculo dalla forti capacità nel futuro? Tutti scommettono su di lui per la tenacia con la quale affronta il combattimento, per la caparbia con cui affronta le sedute di allenamento, per il suo cuore generoso di leone con cui ha affrontato da pari i campioni del mondo che si sono sfidati sul tatami di Rio 2017. Lì mancava l'esperienza... ma dategli tempo. È una stella che arriva da lontano, la sua luce brillerà più a lungo.



Matteo Marconcini

Matteo “Il Superbo” ci delizierà ancora con i suoi combattimenti vs i campioni?

Matteo Marconcini è nato ad Arezzo il 26 agosto dell’89. Ha iniziato judo all’età di 3 anni e marzo e non ha mai smesso. I genitori volevano un figlio di buona costituzione e dato che era nato intorno ai 4,9 Kg l’hanno subito iscritto ad uno sport e per caso hanno scelto il judo. Qui incontrano Giuseppe Busia, il padre di Roberto che lo seguirà fino ai suoi 18 anni ed è sempre stato lì in quella società, il Judo Ok Arezzo, “Dove sempre sono stato e dove torno tuttora appena posso”. Ha iniziato per gioco, perché si divertiva ma poi ha continuato perché vedeva una crescita soprattutto educativa ma anche fisica molto buona. Ma Matteo si interessa di tutto, è proprio

curioso della vita e, oltre tutte le attività sportive che gli piace fare non disdegna lo studio, liceo scientifico e, attualmente, è iscritto a Scienze Politiche. Tra gli allenatori che più ammira non possono mancare Giuseppe e Roberto Busia che, “...sicuramente quelli che mi hanno fatto crescere fin da piccolo...”, ma anche quelli che gli hanno dato qualcosa in più una volta che è arrivato al Centro Sportivo dei Carabinieri a Roma. Si allenerebbe, se potesse, in Francia o in Germania perché il judo è più considerato e seguito.

“Il risultato che più ti ha emozionato?”

“Sicuramente tutti direbbero il 5° posto alle Olimpiadi che è stato sicuramente importantissimo, ma



quello che mi ha emozionato come mai prima è il 2° posto ad Almaty, ultimo torneo utile alla qualificazione per Rio 2016, dove ho combattuto per qualificarmi...”.

Gli piacciono gli allenatori con i quali lavora e pensa...”...sono ottimi, hanno un bel bagaglio tecnico e un'ottima esperienza, che è quello che conta. In più c'è l'amicizia che ci lega perché, essendo grandino, io ho combattuto anche insieme a loro e credo che questo mi aiuti in qualche modo”.

“Cosa pensi di fare in futuro?”

“Senza ombra di dubbio migliorare il risultato di Rio e raggiungere il podio anche se ho sempre sognato il Mondiale, perché considerato più sacro nel nostro mondo e quasi impossibile da raggiungere”.

“Ma chi sono i campioni che più stimi?”

“Inoue per le leggende e Teddy Riner come esempio. Ha la stessa mia età ma ha vinto come mai fino ad ora. Ricordo quando da junior combatteva alle mie stesse gare per divertirsi e poi, una volta vinta la gara, andava a correre. Invece il mio sportivo preferito è Roger Federer. Talento, classe, umiltà da vendere e a tutto questo aggiungiamo che ha quasi 40 anni e si permette ancora di vincere degli slam. Pazzesco”. Ma Matteo legge di tutto in particolare i thriller di John Grisham oppure varie trilogie. Ascolta tutto quello che gli passa nell'orecchio, essendo il figlio di un pianista, spazia dal pop mentre è in macchina a Marvin Gaye quando è in casa a rilassarsi. Gli piacciono tutti gli sport, sia banali che estremi. Adora il mare e quindi tutti gli sport acquatici e anche i tuffi, soprattutto da altezze non convenzionali. Gli piace viaggiare, visitare posti e cucinare perché: “Essendo spesso a dieta mi diverto a seguire ricette o prevede cose che non sono solito mangiare nel periodo di alimentazione “forzata”.

“Ma che ne pensi dell'ambiente del judo?”

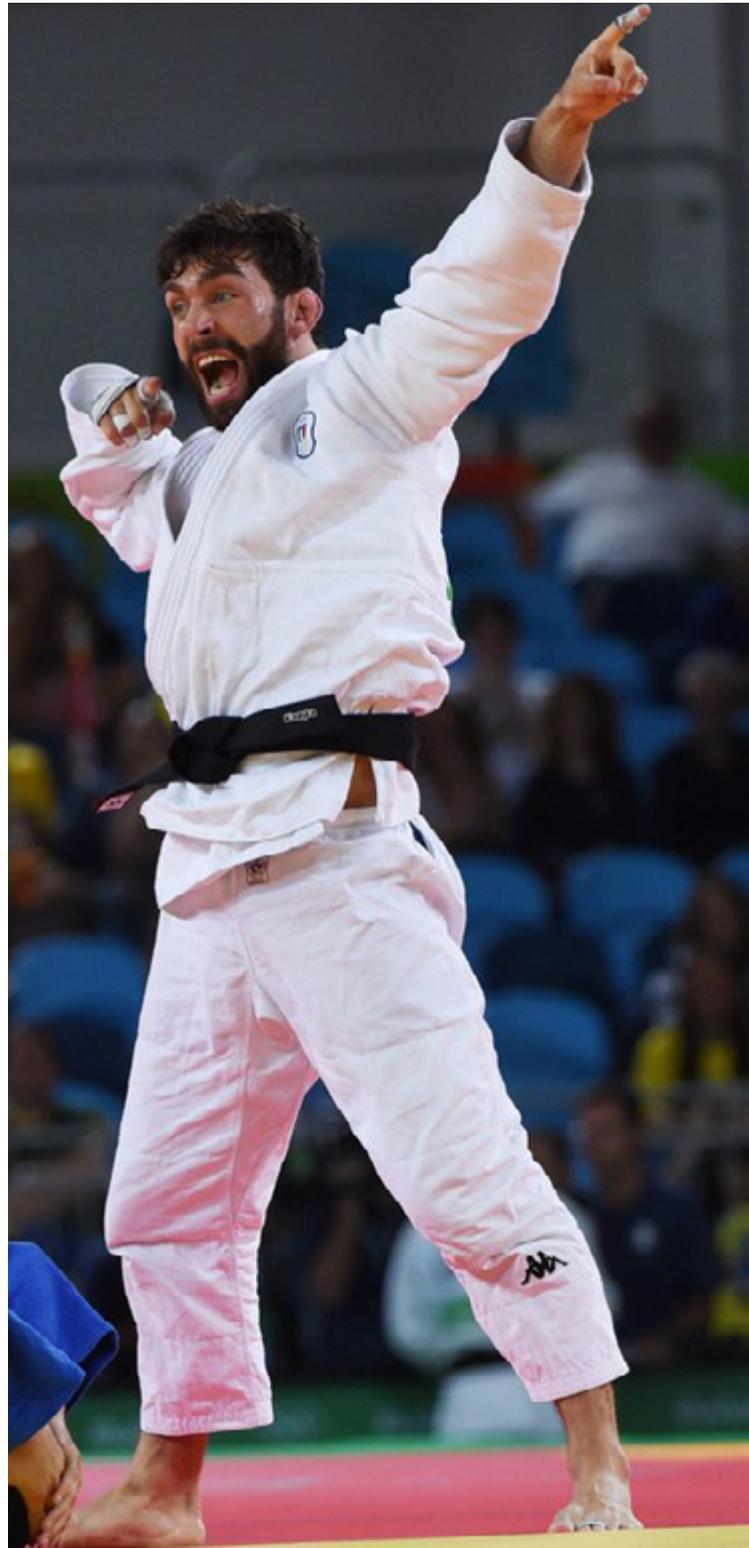
“È inevitabile, finché vinci sono tutti amici tuoi, appena sbagli si girano e fanno finta che non sei mai esistito. Devi imparare a convivere anche se non semplice perché di sacrifici se ne fanno tanti e, a volte, bastano anche solo quelli per essere giudicati”.

Per il futuro spera di avere una “dimora fissa” e programmare la sua vita. È sempre in partenza con un minimo di preavviso e questo gli rende difficile sia i rapporti con gli amici e sia il rapporto con la propria donna, perché: “...devi sempre organizzarti all'ultimo minuto per qualsiasi cosa. Per fortuna sono un tipo che si adatta facilmente ai cambiamenti.

“Cosa ne pensi del judo?”

“Il judo è educazione. C'è il rispetto di tutto e in più

è molto buono per la coordinazione e la percezione nello spazio...difficilmente un judoka sarà scarso in altri sport, bensì si adatterà facilmente e se la caverà alla grande. Credo che tutti i bambini dai 5 ai 10 anni debbano fare judo e ne sono fermamente convinto. E a tutti quelli che intraprendono la via dell'agonismo dico loro di farlo e non smettere mai perché l'agonismo riguarda un arco della loro vita anche se abbastanza breve che seppur faticoso e impegnativo non tornerà mai più. Quindi sfruttare il più possibile quel periodo e cercare di divertirsi e di farlo per se stessi e per nessun altro”.



Assunta Galeone

Metterà, la sua Iris, dentro la coppa o le metterà addosso la medaglia?



Assunta, Sosa per gli amici, la ritrovo ancora così, con gli occhi col sorriso dentro e la parlata leggermente intonata alla napoletana e 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. Fu il segretario della società, Franco Di Martino, che quando la vide, disse: "Questa ragazzina qua la portiamo a fare judo."

Conosce il suo primo allenatore, Enzo Bernardo, ed inizia a praticare judo con un po di titubanza

in quanto solo lei come femmina a frequentare un corso dove sono tutti maschi.

"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 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? Mi 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, iniziai 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. 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 prendere una medaglia mondiale, 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”

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 bellissima canzone: “O saje comm fa o cor”, anche se la sua preferita è “Mal di te”, quella che avrei scritto io”.

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.



Antonio Esposito

Vuole una medaglia alle Olimpiadi però, il mondiale, è un buon avvio

Antonio Esposito nasce a Napoli il 18 novembre del '94. All'età di 4 anni inizia a praticare judo, complice il padre, anche lui judoka, perché rimase affascinato dalle cadute e: "...poi si stava a piedi nudi sul tatami." Intanto, da adolescente studia e si diploma in ragioneria e comincia ad essere un pilastro del Nippon Club Napoli anche se ora è in forza alle Fiamme Azzurre iniziando con il Maestro Raffaele Parlati.

"Perché ti piace fare judo?"

"Perché oltre ad essere la mia più grande passione ho la fortuna che è anche il mio lavoro, non riuscirei a stare senza allenarmi per qualche giorno, impazzirei.."

Ama la sua terra ma se potesse scegliere dove allenarsi si allenerebbe volentieri in Francia o in Giappone perché, semplicemente, lì è più seguito.

Il risultato che l'ha più emozionato è stato il Campionato del Mondo Junior vinto nel 2013 però il suo sogno sarebbe vincere un'Olimpiade.

"Ma chi è il campione di judo che ti piace?"

"Non ho un campione preferito, ho molti atleti a cui mi ispiro che cerco di copiare le loro tecniche. Invece, tra tutti gli sport mi piace Usein Bolt"

Ma ascolta tanta musica ed è un patito per Ed Sheeran; quando non si allena gli piace frequentare gli amici e stare in famiglia.

L'unica vera passione è il judo anche se qualche volta gioca a calcetto con gli amici.

"Ma non ti pesa fare una vita da atleta agonista?"

"Nessun peso, mi diverto .. spesso è stressante ma mi piace, non mi manca nulla, sono nato per fare questa vita"

"Ma perché continui a fare judo?"

"Perché è uno sport completo, che oltre a mi-

gliorare la parte estetica, migliora tanto anche la parte caratteriale delle persone (almeno su di me così è stato)"

"Ma cosa diresti a tutti quei ragazzi che vogliono intraprendere la tua stessa carriera?"

"Di allenarsi forte. È una vita di privazioni, di infortuni, di sconfitte ma quando arrivi ad una medaglia provi una gioia immensa che non ha prezzo. Ma per arrivare c'è un unico mezzo, allenarsi forte. Non esistono scappatoie e giustificazioni"

Antonio è fidanzato con una karateka che le piace che lui faccia judo però non può seguirlo quando è in gara.

"Ma se ti si ponesse un problema, chi sceglieresti tra lei e il judo?"

"Il judo sempre e comunque"

E sorride, però sa, da buon napoletano, che al cuore non si comanda.

E speriamo che a questo ragazzo partenopeo, il cuore dia una spinta così forte da lanciarlo lì, sul primo gradino del podio, sempre.



Odette Giuffrida

Non medaglie ma un posto nell'Olimpo del judo

Odette Giuffrida nasce a Roma il 12 ottobre del '94 e dopo una breve prova con la ginnastica ritmica, all'età di sei anni, sale sul tatami del Talenti Sport Club dal quale non scenderà più. Complice il fratello maggiore s'innamora del judo perché, semplicemente, suo fratello era felice quando tornava da judo. Fatto sta che sale sul tatami e non vuole più scendere fino a fare, oltre al suo turno con quelli della sua età, anche il turno dei ragazzi e poi, quando sarà più grande il turno degli adulti. Per questa sua passione per il judo comincia ad essere chiamata "veleno", perché non stava mai ferma. Man mano che si avvicina l'età per partecipare alle gare ha già i suoi piccoli successi. Nella classe esordienti miete successi uno dopo l'altro e così fa per la classi superiori a cominciare dai cadetti nella quale vince medaglie europee. Mentre fa il liceo viene chiamata spesso in Nazionale così deve far convivere lo studio con la sua grande passione: il judo. Ma se qualcuno le chiede perché fa judo la sua risposta è disarmante e non accetta repliche e non ammette contraddizioni: Perché mi rende felice! Grazie ai suoi risultati è entrata a fare parte del Gruppo Sportivo dell'Esercito.

Ma quali programmi ha per il futuro? Ha vicino un compagno che la sostiene?

"Sono stata fidanzata fino dopo l'Olimpiade e poi ci siamo lasciati e adesso sono single. Però per noi è anche difficile trovare un compagno con cui condividere i momenti perché alla fine siamo sempre le stesse persone e viviamo sempre nel Centro Olimpico, non è che usciamo e vediamo gente, però non la vivo come una sofferenza. Quando arriverà, arriverà. Va bene così"

"Ma con chi eri fidanzata?"

"Con Mario Strazzeri, siamo stati fidanzati quasi un anno. È venuto anche a Rio a vedermi, è stato anche con i miei genitori e hanno condiviso lo stesso appartamento; i miei gli sono affezionati e ogni tanto mi chiedono di lui. Però abbiamo deciso che fosse meglio così, per la lontananza e poi per cose nostre



però siamo rimasti in ottimi rapporti"

"I programmi sportivi futuri?"

"Adesso, ovviamente, sono concentrata sui miei obiettivi, sui grandi sogni. Dopodiché, tra settembre ed ottobre vorrei iniziare l'università. In passato il mio errore è stato quello di aver ascoltato chi mi diceva di prendere lo IUSM perché, essendo una nazionale sarei stata facilitata e mi avrebbe aiutata in un futuro lavoro. Ma a me piace tanto la psicologia, quindi, dopo il Mondiale mi iscriverò a Psicologia e vorrei specializzarmi in Psicologia della Sport. Sono innamorata di questa materia infatti con Stefano (psicologo della Fijlkam) parliamo molto, sono curiosa di sapere come "funziona la testa". Diciamo che l'Olimpiade è stata un mio punto di forza perché il lavoro fatto con Stefano l'ha dimostrato"

"Ma questo lavoro, dunque, ti è servito alle Olimpiadi?"

"Assolutamente sì. Penso ci sia molta ignoranza in



Italia circa questo argomento. Molti dicono che lo psicologo ti serve se hai dei problemi ma non è così. Personalmente mi ha fatto ragionare vendendo il problema da diverse angolazioni, a ragionare con un punto di vista positivo. Poi ci sono degli esercizi che ti portano a ragionare molto tipo gli esercizi di visualizzazione per controllare l'emozione, l'ansia e per incanalare nelle giuste direzioni l'energia senza sprecarla con discorsi o pensieri inutili. Per cui il lavoro fatto con Stefano per me è stato importante infatti, ogni volta che ci vediamo, ci prendiamo grandi spazi per parlare di tutto”.

“Ma hai prova che questo lavoro sia stato positivo, ti abbia bene. Voglio dire, alle Olimpiadi quando sei salita sul tatami ti sei sentita più sicura o eri più consapevole della tua tecnica?”

“Veramente io, prima dell'Olimpiadi, avevo miei problemi personali che avevano messo in dubbio anche la mia partecipazione per cui il lavoro fatto con Stefano è stato fondamentale ma non solo nelle Olimpiadi, con lui lavoro già da qualche anno. E sicuramente, per me, è stato fondamentale sapere cosa pensare prima di salire sul tatami, visualizzare tutto come avverrà come se fosse una cosa già vissuta. Questa è la prova concreta che ti posso dare. Ma per me il rapporto con lo psicologo è stato fondamentale così come lo è stato il rapporto con il preparatore atletico e anche per quanto riguarda la preparazione tecnica. Diciamo che alle Olimpiadi non ho sbagliato niente, ero in perfetta forma sotto tutti i punti di vista”.

“Allora possiamo dire che l'accoppiata di Stefano e di Dario ha dato buoni frutti”

“Sì, certo, Stefano, Dario, Felice Romano, che è il mio preparatore fisico. È un lavoro di equipe, alla fine salgo solo io sul tatami però dietro ci sta un

team preparato e professionale che si prende cura di me, Dario prima di tutti, ovviamente”.

“Ma adesso, come ti senti per questi Mondiali?”

“Per questi Mondiali sto bene. Ho voglia di dare il massimo e di salire sul tatami e dare tutto. Sono felice di salire ancora su di un tatami importante e dopo un anno difficile, come quello trascorso dopo le Olimpiadi, con mille infortuni sono felice che sta andando tutto per il verso giusto.”

“Ma tutti gli infortuni si sono guariti?”

“Purtroppo no, non tutti. Penso che dopo il Mondiale mi dovrò operare al braccio sinistro perché non ho più cartilagine, mi si è usurata la cartilagine e penso che dovrò affrontare delle operazioni, non molto importanti però se non mi faccio non riesco più combattere perché non mi si piega più il braccio. Quindi, e meglio affrontarlo ora che portarlo più avanti in prossimità delle Olimpiadi. Quindi, adesso, fasciatura e via.”

“Ma tu ce la fai, ce l'hai sempre fatta...”

“Non mi ferma nessuno e non sarà certo un braccio che può mettersi in mezzo tra me ed il mio judo”

“Ma ti ho vista che non ti risparmi niente, sul deltaplano e poi?”

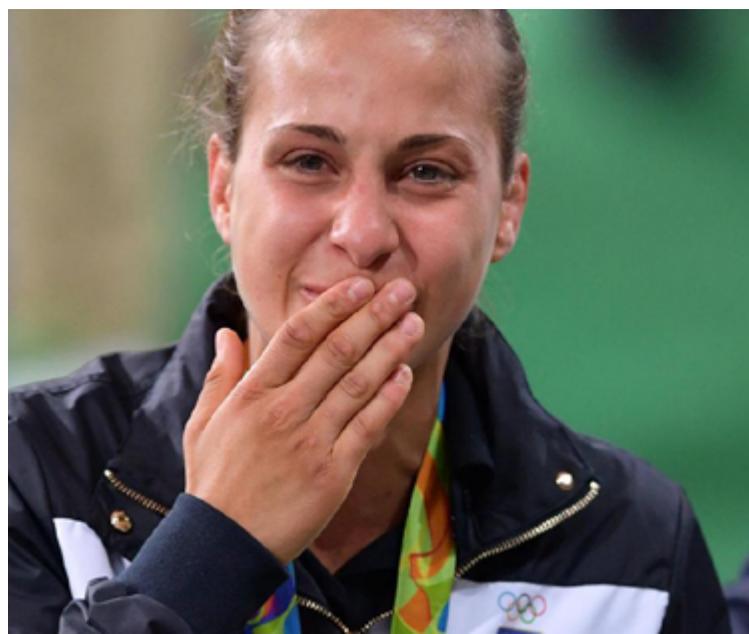
“Io sono amante degli sport adrenalinici, quelli che mi danno un brivido. Poi sono un amante della GoPro e riprendo tutto. Tutte queste cose pazze le faccio tutte”

“Ma non hai paura, no?”

“No, non ho paura perché mi sento viva”

E sorride come fa quando affronta le sfide più impensabili, con la tranquillità di chi ha tutto il tempo a disposizione per provarci e riprovarci finché la cosa non gli riesce. E non sarà un braccio malconcio ad impedirle di fare una gara Mondiale, perché lei ci deve stare sul quel tatami.

Piccola Odette, grande Veleno, non scenderà mai dal tatami della vita finché potrà giocare.



JUDOKA

Nuovi Arrivi



Maglia Tokyo
Cotone Bianco
100%
€ 15,00

Made in Italy



Maglia Ippon
Cotone Bianco
100%
€ 15,00

Made in Italy



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 e, soprattutto, al judo.

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)

JUDOKA



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

Taglie dalla S alla XXL

€ 35,00 cad.

Per i nostri abbonati

€ 30,00

Per acquistare la felpa scrivere a:

vendite@judoitaliano.it

indicando il numero delle maglie che si desidera acquistare, le taglie, l'indirizzo di spedizione - comprensivo di CAP, ed un eventuale numero di telefono per la consegna dei pacchi



Per ordini e info:
vendite@judoitalia.it

I migliori judogi per tutti i Judoka

JUDO
italiano

Per acquistare un judogi scrivere a:

vendite@judoitaliano.it

indicando il numero dei judogi che si desidera acquistare, le taglie, l'indirizzo di spedizione - comprensivo di CAP, ed un eventuale numero di telefono per la consegna dei pacchi



Judogi bambino

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



**Mizuno - Adidas - Iku
Tre Torri - KuSakura**

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



Champion II, omologato per competizioni internazionali gr 750
Massima vestibilità

