

Fascinante tradizione... Concluso a Follonica il XIX Corso tradizionale e non agonistico della FIJKAM

REGIONALI KARATE



testo e foto di Leandro Spadari

Rinnovato successo tecnico, organizzativo e di partecipazioni per il XIX Corso Internazionale residenziale di karate tradizionale e non agonistico iniziato al Palagolfo di Follonica (GR) sabato 20 e conclusosi domenica 21 settembre 2008. L'evento, alla stregua dell'altro anno, si è svolto sotto l'egida dell'Ufficio Federale Formazione, responsabile Dominic D'Aloisio, del Comitato Regionale Toscana della FIJKAM (presidente Francesco Usai, Vicepresidente Sergio Donati), con la preziosa e più che ben sperimentata collaborazione della ASD Sport Karate Follonica, presieduta dal tecnico Marco Francardi, aiutato nell'impresa da un team di collaboratori semplicemente esemplari: citiamo Franco Fabbretti, Stefano Cellini, Paolo Paoli, Giuseppe Barbieri, Antonio Caturelli. Circa 300 praticanti di tutta la penisola hanno preso parte alla grande manifestazione che ha avuto il patrocinio dell'Unione delle Federazioni del Mediterraneo di Karate (UFMK/MKFU)

e la sponsorizzazione del complesso turistico Golfo del Sole, di Banca Toscana e del Consorzio Servizi Turistici Maremma Toscana. Direttore il Maestro Alfredo Gufoni, 8° dan, Presidente della Commissione Nazionale Ufficiali di Gara, che si è valso della pregnante collaborazione dei Maestri del GOAL - Gruppo Operativo Alto Livello - Gerardo Gemelli, Francesco Penna, Geri Felici. A tutte le fasi dei lavori ha continuamente presenziato il Professor Giuseppe Pellicone, Presidente dell'UFMK e Vicepresidente vicario della FIJKAM, che è stato anche insignito di una targa dal vicepresidente del Coni Provinciale di Grosseto, Carlo Pucci, che ha espresso il suo vivo compiacimento nel vedere il bel Palagolfo di Follonica animato come non mai dalla massiccia affluenza dei partecipanti all'iniziativa: un fervente brulicare di presenze, di impegno, di palpabile entusiasmo ad un livello al quale -ha detto il rappresentante Coni- non sempre si riesce a riscontrare nei pur tanti appuntamenti di rilievo che scandiscono la vita della struttura. Durante la cerimonia di apertura del corso, il Professor Pellicone oltre agli istituzionali saluti ed auguri di buon lavoro, ha comunicato l'avvenuto riconoscimento del grado di 7° dan al Maestro toscano Roberto Dami, grado conferito anche al Maestro romano Antonino Piazzola: vivissimi complimenti ad entrambi!



Foto di gruppo dei partecipanti all'edizione 2009



Il maestro Pippo Salerno (shitoryu) controlla un'esecuzione tecnica

Le lezioni, aventi ad oggetto i programmi federali per gli esami di graduazione, lo studio delle tecniche di karate tradizionale, kata e relativo bunkai, sono state assicurate con la consueta, ben nota bravura ed esperienza dai Docenti di stile nominati dalla Scuola Nazionale Federale, tra i quali ricordiamo: per il gojuryu, i Maestri Alberto Evangelista e Giovanni Roton-della; per lo shitoryu i maestri Mirio Mannini, Pippo Salerno, Giuseppe Zaccaro; per lo shotokan i Maestri Pietro Antonacci, Roberto Dami, Domenico Maurino, Jimmy Nekoofar; per il wadoryu i maestri Tonino Piazzola ed Emidio Marsili. È da evidenziare che l'Amministrazione Comunale di Follonica, rappresentata dall'Assessore alle politiche di valorizzazione del mare, sport e innovazione tecnologica, Michele Pruneti, ha voluto rendere loro omaggio con la consegna di una bella targa ricordo.

Ecco i commenti espressi sull'edizione 2008 da alcuni dei Maestri-Docenti con particolare riferimento al programma svolto, risposta dei partecipanti, idee per l'edizione 2009.

Maestro Pietro Antonacci: *"La suddivisione fatta per lo stile shotokan, che contava un nutrito numero di partecipanti, è stata senza dubbio quella ottimale, con tre gruppi: Marroni e Nere 1° Dan; Cinture Nere 2° e 3° Dan; Cinture Nere 4°, 5° e 6° Dan. Questa suddivisione ha permesso a me e ai miei colleghi, M° Maurino e M° Nekoofar, di poter lavorare a rotazione nei tre allenamenti previsti con tutti partecipanti. Il programma da me svolto in ogni turno è stato il seguente:*

Programmi d'Esame Kihon: verificare la preparazione dei partecipanti e dare indicazioni tecniche in base alla caratteristica delle tecniche e ad eventuali lacune riscontrate;

Kata: verifica tecnica, approfondimento culturale, comunicando qualche informazione circa le origini e le particolarità;

Bunkai dei Kata d'esame in funzione del significato di ogni tecnica, delle combinazioni in funzione del Ritmo e in particolare della Difesa Personale. Con riferimento alla Difesa Personale, ho mostrato e in molti casi fatto provare ai partecipanti, l'uso di ogni tipo di movimento, caricamenti o tecniche come azioni di Difesa, applicandoli come liberazioni, leve, spinte, attacchi e proiezioni. Con il M° Maurino abbiamo avuto modo di sentirci prima e durante lo Stage per evitare l'approfondimento degli stessi kata e questa forma di collaborazione è sembrata apprezzata perché alla fine i corsisti hanno potuto portare via informazioni a 360°.

Ho cercato in ogni gruppo di creare un momento dedicato alle eventuali richieste o domande ed anche questo è stato apprezzato, infatti, i Corsisti ne hanno approfittato con entusiasmo.

I partecipanti hanno mostrato interesse e in alcuni casi anche una certa prepa-



Il maestro Pietro Antonacci (shotokan) in un'efficace applicazione pratica del kata



Il Maestro Jimmy Nekoofar (shotokan) guida l'allenamento di un gruppo di giovanissimi



Il maestro Domenico Maurino (shotokan) anch'egli impegnato nella didattica del kata

razione, per esempio, conoscenza del significato dei nomi o altre notizie anche approfondite riguardanti il Kata trattato. Alcuni erano motivati dagli esami di Dan che dovranno a breve sostenere, altri affamati di sapere, di conoscere e di allenarsi. Sono docente a questo Stage per il secondo anno consecutivo e questo è per me motivo d'orgoglio, avere una platea di persone che non sono gli Arbitri o i Tecnici in funzione della competizione, è stata una bellissima esperienza ed è stato per me motivo di ricerca, sia nei miei ricordi sia nell'approfondimento in direzioni diverse da quelle solite del Karate Sportivo. L'iniziativa di organizzare questo Corso è sicuramente lodevole, sarebbe bello che i Docenti si potessero incontrare qualche mese prima o comunque sentirsi per concordare il programma e, quindi, oltre a dare quello che già si prevede, cioè un lavoro sugli esami di Dan, poter inserire qualcosa di nuovo, come per esempio lo studio completo di bunkai di un kata che, pur essendo nella lista,, di solito non si pratica, come: Jiin / Meikyo/ Bassai sho / Gojushi ho dai / Hangetsu."

Maestro Emidio Marsili: "Nel rispetto delle indicazioni federali ed in pieno accordo con il M° Antonio Piazzola il programma svolto ha avuto come oggetto i programmi d'esame dal 1° al 6° Dan con particolare attenzione ai bunkai dei kata e l'utilizzo del karate o meglio delle tecniche del *Karate Tradizionale* per la difesa personale. Personalmente tenuto conto dell'età, grado e interesse dei Corsisti ho diviso le lezioni in tre parti. Kihon di base: Parametri identificativi delle posizioni di base in forma statica e dinamica; Programmi d'esami: Kihon, kata, bunkai, tesi; Studio completo del kata WANSHU: Cenni storici, significato, interpretazione, combinazioni propedeutiche programmate con difficoltà progressiva tali da consentire un facile apprendimento per tutti gli allievi, ritmi, bunkai, metodo di allenamento.

Devo dire che l'impegno è stato notevole, ma alla fine del Corso sono stato pienamente ripagato e sono rimasto soddisfatto dei risultati ottenuti.

Dico questo perché, parecchi Corsisti avevano un bagaglio tecnico limitato sia per l'età che per il grado che avevano. Questa direi che è stata la novità del Corso, poiché ho avuto modo di notare che anche negli altri stili erano presenti molti giovanipraticanti, contrariamente a quanto avveniva negli anni passati. Inoltre, ho



Ancora il maestro Pippo Salerno mentre mostra la possibile applicazione di una tecnica di kata



Il maestro Alberto Evangelista (gojuryu) ed il maestro Giovanni Rotondella - a destra - in un kata tipico dello stile



Il maestro Emidio Marsili (wadoryu) in un'impeccabile e plastica esecuzione tecnica

notato una forte presenza ed un forte interesse da parte degli Ufficiali di Gara e questo grazie alla Federazione e al Comitato Regionale Toscano che hanno promosso la loro partecipazione, mentre la presenza dei Tecnici è rimasta invariata. Sicuramente è aumentato il loro interesse per certi argomenti, come i bunkai dei kata, la conoscenza di nuovi argomenti e la richiesta di nuove metodologie da utilizzare con i più piccoli. Per concludere voglio dire che c'è stato un interesse crescente ed una maggiore attenzione per questo Corso, sia da parte dei praticanti esperti, sia da parte dei giovani i quali hanno manifestato tanta voglia di esplorare e capire questo mondo fantastico chiamato karate. I piccoli mi hanno riportato indietro nel tempo quando anch'io da ragazzo avevo questa sete di conoscere ed imparare.

Maestro Pippo Salerno: "Il programma svolto ha seguito le direttive federali, vertendo sulla preparazione agli esami dal 1° al 6° dan, kihon e kata. Abbiamo sviscerato le varie, ricorrenti problematiche e fornito notizie storiche sulla nascita ed evoluzione dei kata. Noi docenti siamo rimasti soddisfatti dei Corsisti, presentatisi in quasi un centinaio di tutte le età e livelli di cintura, con in più la presenza di diversi Arbitri Nazionali ed Internazionali. Abbiamo lavorato in previsione degli esami, che abbiamo appreso poi essere stati superati brillantemente. Per la prossima edizione occorrerà valutare se i programmi d'esame subiranno modifiche: in tal caso, se il team docenti rappresentato da me e da Mannini e Zaccaro sarà riconfermato, potremo riservarci ogni opportuna valutazione ed integrazione. Certo, lo dico con soddisfazione, il lavoro svolto da noi Tecnici sotto la guida federale sta portando a conferire a questa iniziativa una rilevanza sempre più internazionale..."

Maestro Giovanni Rotondella: "Il programma ha rappresentato la preparazione agli esami di dan secondo programma federale e con focus su kihon e kata, quali shiso-chin, suparinpei, seisan, sanchin, tenshoo. Importante lo studio dell'applicazione pratica: tra le svariate esistenti, la nostra attenzione è stata quella di proporre quella più vicina e coerente con l'esecuzione tecnica, proponendone una esecuzione di base che i Tecnici potranno eventualmente elaborare. Nel kata un attacco può essere anche una parata, le tecniche ricomprese offrono spunti interessanti ed efficacissimi per la difesa personale. A Grado si approfondisce il kata e la sua applicazione, il bunkai, in chiave eminentemente sportiva e di spettacolarizzazione delle tecniche. A Follonica si persegue uno studio tradizionale, la mentalità con la quale si opera è diversa, e dico di più: si riesce ad approfondire il proprio stile anche avendo la preziosa opportunità



il maestro Antonio Piazzola (wadoryu), neopromosso 7° dan, segue con attenzione un giovane partecipante



L'occhio vigile del maestro Emidio Marsili (wadoryu) sul gruppo dei partecipanti impegnati in un kata

di acquisire elementi preziosi dalle altre Scuole..."

Un commento conclusivo lo lasciamo anche questa volta ad **Alfredo Gufoni**: "Sono soddisfatto dell'ottima riuscita di questa edizione 2008, grazie alla collaborazione del Comitato Regionale Toscana, dell'ASD Sport Karate Follonica e del Gruppo Operativo di Alto Livello ("G.O.A.L."). Anche i partecipanti, ho potuto constatarlo di persona, sono rimasti più che soddisfatti della qualità dei contenuti che sono stati trasmessi dai nostri collaudati Docenti, designati dalla Scuola Nazionale FIJKAM. Questa iniziativa, come già ho avuto modo di dire, consente di riappropriarsi delle tecniche del karate tradizionale, il karate per intenderci che potrebbe essere usato efficacemente nella malaugurata evenienza di doversi difendere davvero. Molti hanno compreso l'importanza rivestita da questo Corso e con piacere abbiamo registrato la presenza anche di rinomati e qualificati Arbitri. Per il prossimo anno non posso che aspettarmi un numero ancor maggiore di partecipanti per il definitivo successo dell'evento. Attendiamo di vedere con noi, qui a Follonica, tanti agonisti di vaglia per i quali l'approfondimento delle tecniche tradizionali si risolverà senz'altro in un miglioramento delle tecniche agonistiche".



Il maestro Roberto Dami (shotokan) durante una lezione di kata ad un gruppo di giovanissimi atleti

Bene, arrivederci sempre più numerosi a Follonica 2009.



Il professor Giuseppe Pellicone ritratto assieme al Vicepresidente CONI Provinciale di Grosseto e a due collaboratori all'organizzazione dello stage di Follonica