



NOTIZIE DAL DOJO



KARATEMANTOVA MAGAZINE

DANIEL "SAN" TRECCANI



I RISULTATI DELLE PRIME GARE IMPORTANTI DELLA STAGIONE

REGALATE "VI" UNA STORIA
PARTECIPATE AL CONCORSO DI KARATEMANTOVA

4° OPEN DI LONIGO

P.S.SO PALESTRA DI PONTELAGOSCURO (FE) VIA VENEZIA, 98
COPPA ITALIA WMAC
 KUMIBO



A.S.D. JESU ACCADEMIA 2
 con il Patrocinio del Comune di Lonigo
KARATE
4° OPEN DI LONIGO



IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA

KARATEMANTOVA MAGAZINE

SEGUICI SU:



Seguici anche su
Facebook



Seguici anche su
YouTube



KARATEMANTOVA da oggi anche su
Instagram

WEB: <http://www.karatemantova.it>

CONTATTI: info corsi: info@karatemantova.it - tel. 338 5775667 - Fax. 0376 396485

invio materiale: kmmagazine@gmail.com



ATTENZIONE: PER INSERIRE UNA PAGINA PUBBLICITARIA SI PREGA DI CONTATTARE DAVIDE REGGIANI AL NR. +39 338 5775667

**FATTO
A MANO
CON IL CUORE
e personalizzabile!**

richiedi informazioni
a info@crikami.it

RICAMI PERSONALIZZATI - STAMPE - GADGET
a MANTOVA

tantissime proposte nella sezione HANDMADE!



www.crikami.it - info@crikami.it

PREVENTIVI GRATUITI E SENZA IMPEGNO

realizza con me le tue idee...



Tante idee uniche
per tutti!

segui Crikami sui social
per rimanere aggiornato!



LA PAROLA AL MAESTRO:

del M° Davide Reggiani

I "NUOVI KATA"



Ultimamente ci troviamo di fronte ad un vero dilagare di "nuovi" kata nelle competizioni tanto che spesso anche gli arbitri si trovano in seria difficoltà.

A Cervia un arbitro tedesco mi chiese che kata eseguiva l'atleta perchè non l'aveva mai visto. Si trattava di Sansai.

Sembra che oggi ci sia davvero una corsa a nuovi kata. Ma non è una cosa recente come si pensa.

Ad esempio i kata Junro inventati dal maestro Asai.

Molti kata sono la "traduzione" nel proprio stile di kata appartenenti ad altro stile: Hyaku hachi ho è uno dei kata che il maestro Kanazawa ha preso da altri adattandolo alle caratteristiche dello stile Shotokan.

La "versione Shotokan" del kata Suparinpei. Altri kata adattati da Kanazawa sono Niju hachi ho e Kakutsuru. Ci sono poi dei kata "interstile"

inventati di sana pianta per partecipare appunto a gare interstile, come il kata Kittei inventato dal maestro Nishiyama per le gare Itkf.

Con la cosiddetta "moda" dello Shito Ryu che sfoggia oltre 60 kata anche nello Shotokan si cerca di emanciparsi e scoprire novità.

Certo è che nella corsa e nei costumi odierni proporre cose nuove fa crescere di numero la palestra perchè ripetere ripetere e ripetere diventa monotono per i ragazzi. Solo annunciare di insegnare il kata empi a delle cinture colorate fa esplodere entusiasmo e voglia di fare.

Ora secondo me bisogna ponderare bene cosa è il bene dei ragazzi e del karate in generale e si deve giustamente mediare tra la continua voglia del nuovo e del cambiamento e il tramandare un'arte marziale già complessa e abbastanza completa se studiata in tutti i suoi risvolti.

Il "moderno" Maestro deve riuscire a trovare il giusto compromesso a mio parere ma... a voi anche l'ardua sentenza secondo il vostro modo di pensare perchè la VERA ricetta non c'è!

M° Davide Reggiani

KARATEMANTOVA TUTTI I GIOVEDI SULLA GAZZETTA DI MANTOVA - CSI MAGAZINE

GAZZETTA DI MANTOVA

QUOTIDIANO D'INFORMAZIONE FONDATA NEL 1664



Magazine

Centro Sportivo Italiano
Mantova

Settimanale a cura dell'Ufficio Stampa CSI

Giovedì 24 giugno 2021

Via Cremona 26/A - Mantova - Tel. 0376 321697 - Fax 0376 320660
www.csimantova.it - info@csimantova.it

KARATEMANTOVA SULLA VOCE DI MANTOVA - LA VOCE DELLO SPORT PER TUTTI

la Voce di Mantova

Quotidiano indipendente

**TUTTI I MESI ARTICOLI
SU "IL MEGAFONO"
DI CARPENEDOLO**



Il Megafono
SETTEMBRE/OTTOBRE 2013 ... PER DAR VOCE A CHI HA POCA VOCE

www.ilmegafonocarpenedolo.it
redazione@ilmegafonocarpenedolo.it



SOMMARIO

- PAROLA AL MAESTRO.....PAG. 3
- STORIA DI KARATEMANTOVA.....PAG. 5
- DANIEL TRECCANI**.....PAG. 6
- BUONE NOTIZIE.....PAG. 8
- KOBUDO - DI SIMONE REGGIANI.....PAG. 09
- L'ANGOLO DELLA KATANA.....PAG. 11
- COPPA ITALIA WMAC PONTELAGOSCURO (FE).....PAG. 13
- 4° OPEN DI LONIGO.....PAG. 15
- LO STAGE DI FULVIO SOLE.....PAG. 17
- KARATEMANTOVA ALLA FIERA DEL GRANA.....PAG. 18
- FOTO/RICORDI - I NOSTRI TROFEI.....PAG. 19
- LE AVVENTURE DI KARLOTTA.....PAG. 20
- LEGO, CHE PASSIONE.....PAG. 21
- A SCUOLA CON KARATEMANTOVA.....PAG. 22
- KARATEMANTOVA HA IL MENTAL COACH.....PAG. 25
- CONSIGLI DI LETTURA.....PAG. 26
- FILM - I GIGANTI DEL KARATE.....PAG. 27
- ICHI, NI, SAN, MUSICA!.....PAG. 28
- CORSI.....PAG. 29

LE PRIME GARE DELLA STAGIONE

09 OTTOBRE 2022 - dalle ORE 09:00
COPPA ITALIA WMAC
 GARA DI KARATE e KUMIBO
 SOLO FORME e KOBUDO
 GARA VALIDA PER LA PARTECIPAZIONE ALLA COPPA DEL MONDO WMAC DEL 12 e 13 NOVEMBRE CHE SI SVOLGERA' A BREGENZ IN AUSTRIA
 TEL: 349938855

KARATE 4° OPEN DI LONIGO
 LONIGO (VI) 23 ottobre 2022
 Gara di:
 Kata Individuale
 Kata a squadre
 Kata a coppie
 Kata disabili
 Kata integrato a coppie
 020 8148833
 karatemantova@libero.it
 331 044008
 www.karatemantova.it

CONTINUANO LE LEZIONI SUL GIAPPONE CON CRISTINA E ILARIA

NEWS

REGALATE "VI" UNA STORIA

IL NUOVO "CONCORSO" PER GLI ATLETI DI KARATEMANTOVA... AIUTATE KAR-LOTTA A VIVERE NUOVE AVVENTURE



Ragazzi, il concorso è già iniziato...

presto cominceremo a pubblicare le storie vincenti dal numero di dicembre 2022.

Partecipare è molto semplice:

basta inventare ed inviare una storia originale con o senza disegni entro e non oltre la prima settimana di ogni mese.

Ricordatevi che il concorso non ha termine, ma in ogni nuovo numero del magazine, d'ora in poi, ci sarà una Vostra storia e qualcuno si aggiudicherà un premio.

per qualsiasi informazione o per inviare le "avventure di Kar-lotta" scrivete alle mail:

kmmagazine@gmail.com oppure karatemantova@libero.it

PARTECIPATE NUMEROSI....



STORIA DI KARATEMANTOVA

KARATEMANTOVA 5° POSTO SQUADRE AI CAMPIONATI ITALIANI ASSOLUTI FIJKAM

Questo evento veramente è entrato nella storia di Karatemantova.

Trasferta ad Ariccia 30 novembre 2017 con la squadra formata da Francesco Masaia, Luca Scappi e Mattia Bonardi.

Dopo essersi qualificati ai regionali al 2° posto in Lombardia si sono giocati una bellissima finale ad Ariccia a fianco dei professionisti e ai grandi campioni.

Un 5° posto di tutto rispetto. 3 agonisti che hanno lavorato davvero tanto per aggiudicarsi quella posizione che non ci ha regalato medaglie ma tanta soddisfazione e un piccolo alloro che

abbiamo messo nella nostra bacheca di ricordi. Chissà se riusciremo un domani ad eguagliare quel risultato. Onore al merito ai tre ragazzi che ce l'hanno messa tutta portando alto il nome di Karatemantova!



OTTICA

L'OCCHIAIALE

di Sarzi Puttini Luca

Via Giovanni Chiassi 72 - 46100 Mantova - Tel. +39 0376/323524 - E-mail otticalocchiale@alice.it

PNEUS MANTOVA snc

di GASTALDI GIORGIO & CLAUDIO

Driver
Pneumatici & Assistenza

Viale Poggio Reale, 5 MANTOVA - Telefono e fax 0376-391470

5

DANIEL "SAN" TRECCANI

PASSIONE E PERSEVERANZA

Mi chiamo Daniel Treccani, ho iniziato a praticare karate quando avevo cinque anni nella palestra del mio paese, Carpenedolo.

Iniziai per caso, non avevo un'idea ben precisa di che sport volessi praticare ma appena misi piede su quel "tatami" capii che era lo sport adatto a me. Negli anni mi appassionai sempre di più a questa disciplina sentendola diventare, piano piano, parte di me; grazie anche alla mia Maestra Zaira Gerevini che mi ha trasmesso la bellezza di questo sport.

Poco dopo mi avvicinai al mondo delle gare e capii quanto era bello potersi mettere in gioco e competere contro altri ragazzi come me. Successivamente entrai a far parte del gruppo agonistico e grazie al Maestro Davide Reggiani, che stimo tanto, ho iniziato a prepararmi per gare molto più importanti come quella in Svizzera, la World cup a Bregenz, gli Europei a Cervia e tante altre ancora.

Prima di salire sul tatami ci vuole tanta concentrazione, faccio un bel respiro e in quel momento tutto ciò che è intorno a me si annulla,

ci sono solo io e nessun altro. Il karate mi ha fatto crescere molto come persona ed è grazie anche ai miei compagni di squadra che mi hanno sempre spronato nei momenti in cui ero in maggiore difficoltà tirando sempre fuori il meglio di me.

Ormai è da diversi anni che oltre ad essere atleta ho raggiunto il ruolo di Istruttore. Credo che sia la cosa più bella poter trasmettere la tua più grande passione ai bambini.

Negli anni ho tenuto numerosi esami, conquistando ogni stagione un nuova cintura fino a raggiungere il traguardo che



sognavo fin da bambino: la cintura nera. La felicità di quel momento è difficile da spiegare a parole ma è stato un evento ricco di emozioni che porterò per sempre con me. Dopo quel giorno gli esami non sono mai terminati, e proprio quest'anno ho raggiunto il terzo Dan. Gli anni passano ma le emozioni sono sempre le stesse. Per tutto questo, in primis, devo ringraziare la maestra Zaira Gerevini che con la sua gentilezza, la sua dolcezza e la sua purezza mi ha trasmesso l'amore per questo sport rendendolo parte fondamentale della mia vita. In seguito il maestro Davide Reggiani che ha sempre creduto in me spronandomi in qualsiasi situazione, facendomi capire che non bisogna mai mollare davanti agli ostacoli. In fine i miei compagni di squadra che rendono tutto questo ancora più bello.

L'amore per questo sport è indescrivibile, il karate è la mia vita. *Daniel Treccani*





LSStudio, nuova regia, nuove sale

**promo registrazioni
voice over/doppiaggi
sale prove
streaming**

contattateci per preventivi e info 3488504770

Via dei Toscani, 36/F - 46100 Mantova - vittysound@gmail.com - alberto.grizzi@gmail.com

Il Comitato del CONI regione Lombardia ha indetto, per l'estate appena trascorsa, tre corposissimi corsi online con la formula webinar dedicati a tecnici e dirigenti sportivi.

Fino a 96 lezioni per ogni corso per un monte ore pazzesco dagli argomenti molto interessanti e approfonditi che hanno reso questi aggiornamenti un caposaldo per le prossime stagioni sportive.

Il Maestro Davide Reggiani, formatore SNAQ CSI, non poteva non partecipare a tutti e tre i corsi e, dopo due settimane di full immersion, tra tantissimi docenti del CONI, ha ottenuto i riconoscimenti.

I tre corsi vertevano su tre argomenti:

- Aggiornamento per operatori e dirigenti sportivi
- Aggiornamento per tecnici del settore agonistico
- Aggiornamento per tecnici fitness e settore giovanile



In questo modo continuiamo a portare a casa la cultura dello sport ma anche nuovi strumenti per l'allenamento dei nostri ragazzi. Karatemantova ha un po', per così dire, sposato la formazione individuale considerandola un "dovere" per una seria e corretta divulgazione del karate nel rispetto dello sviluppo del nostro fisico e della mente di ogni praticante.



LA FIJKAM DAL CAPO DELLO STATO MATTARELLA PER I SUOI 120 ANNI DI STORIA

Roma, 13 ottobre 2022. Una piccola delegazione FIJKAM è stata ricevuta al Quirinale dal Capo dello Stato Sergio Mattarella per celebrare i 120 anni dalla nascita della Federazione.

"Giornata speciale, ha commentato il Presidente Domenico Falcone. Dopo il 26 maggio 1972, allora riferimento al Capo dello Stato per festeggiare i 70 anni della FIAP, la Federazione è tornata al Quirinale per festeggiare i suoi 120 anni. È stata una giornata emozionante per tutti e per la nostra ristretta delegazione. Il Capo dello Stato ci ha accolto con calore ed entusiasmo ringraziandoci per quanto fatto e per i valori altamente formativi delle nostre discipline. Con tanta emozione i nostri atleti Giulia Quintavalle, Luigi Busà e Frank Chamizo hanno portato il saluto a nome di tutti gli atleti. Frank, come sempre, in maniera simpatica e spontanea. Una giornata splendida per tutti noi".

Al Capo dello Stato sono stati consegnati inoltre il libro, la medaglia e la cartella filatelica realizzate in occasione dei 120 anni, ai quali si sono aggiunte la tuta ufficiale della federazione e la cintura nera di judo e karate. **FONTE:** <https://www.fijklkam.it/>



ASSOLUTI ITALIANI DI KATA.

Si sono appena svolti gli Assoluti Italiani di Kata al PalaPellicone di Ostia. Grande vittoria per la squadra di kata femminile composta dalle sorelle Terryana d'Onofrio e Orsola d'Onofrio e Francesca Reale.

FONTE: <https://www.fijklkam.it/>



TONFA



Il Tonfa o Tunwa è sostanzialmente un manganello ad elle, paragonabile a quello in dotazione all'Arma dei Carabinieri ed alla polizia di mezzo mondo. Nel Kobudo viene utilizzato in singolo od in coppia, e molte tecniche sono simili a quelle dei Sai, in quanto vengono fatti ruotare per produrre un colpo contundente. La elle che forma l'impugnatura è molto utile per fare leve articolari e strangolamenti, così come per bloccare attacchi da altre armi.

Infine possono essere utilizzati alla stregua di accette, in maniera del tutto simile a come vengono utilizzati i Kama.

Il Tonfa si rivela una delle armi più versatili del Kobudo. generalmente prodotti in legno di quercia bianca o rossa nella versione in dotazione alle forze dell'ordine è prodotto in plastica dura e anche un po' più lungo di quelli di Okinawa.

Il "Tonfa" o Tuifa o Tunkwa è un attrezzo inventato ispirandosi da utensili domestici e al manico di una macina cereali. Alcuni dicono sia u attrezzo per piantare le patate.

L'utilizzo del "Tonfa" richiede una grande agilità di polso ed un calibrato uso dell'intensità dell'impugnatura, la rapidità dei movimenti delle braccia e il movimento di ritorno delle mani hanno anche loro un ruolo importante.



Per utilizzare al meglio questo attrezzo è importante che il manico sia giusto, cioè non deve oltrepassare di molto il palmo della mano o se è troppo corto, il controllo dell'attrezzo diventa problematico.

I kata superiori sono: "matayoshi no tonfa dai ichi", "matayoshi no tonfa dai ni", mentre quello di base si chiama: "tonfa kihon kata".

Questa arma è molto diffusa tra quelle utilizzate nelle arti marziali cinesi, con il nome di Kuai (che significa gruccia, stampella o bastone da passeggio). Il Kuai può essere usato doppio, singolarmente oppure in coppia con un'altra arma come la sciabola (dandao) e la sua lunghezza può variare da 0,7 a 1,3 metri. Può assumere diversi aspetti, nonostante le tecniche applicative rimangano pressoché le stesse.



**KARATEMANTOVA
KOBUDO**

info: info@karatemantova.it
tel. 338 5775667

古
武
道
KO
BU
DO



CHINALI901

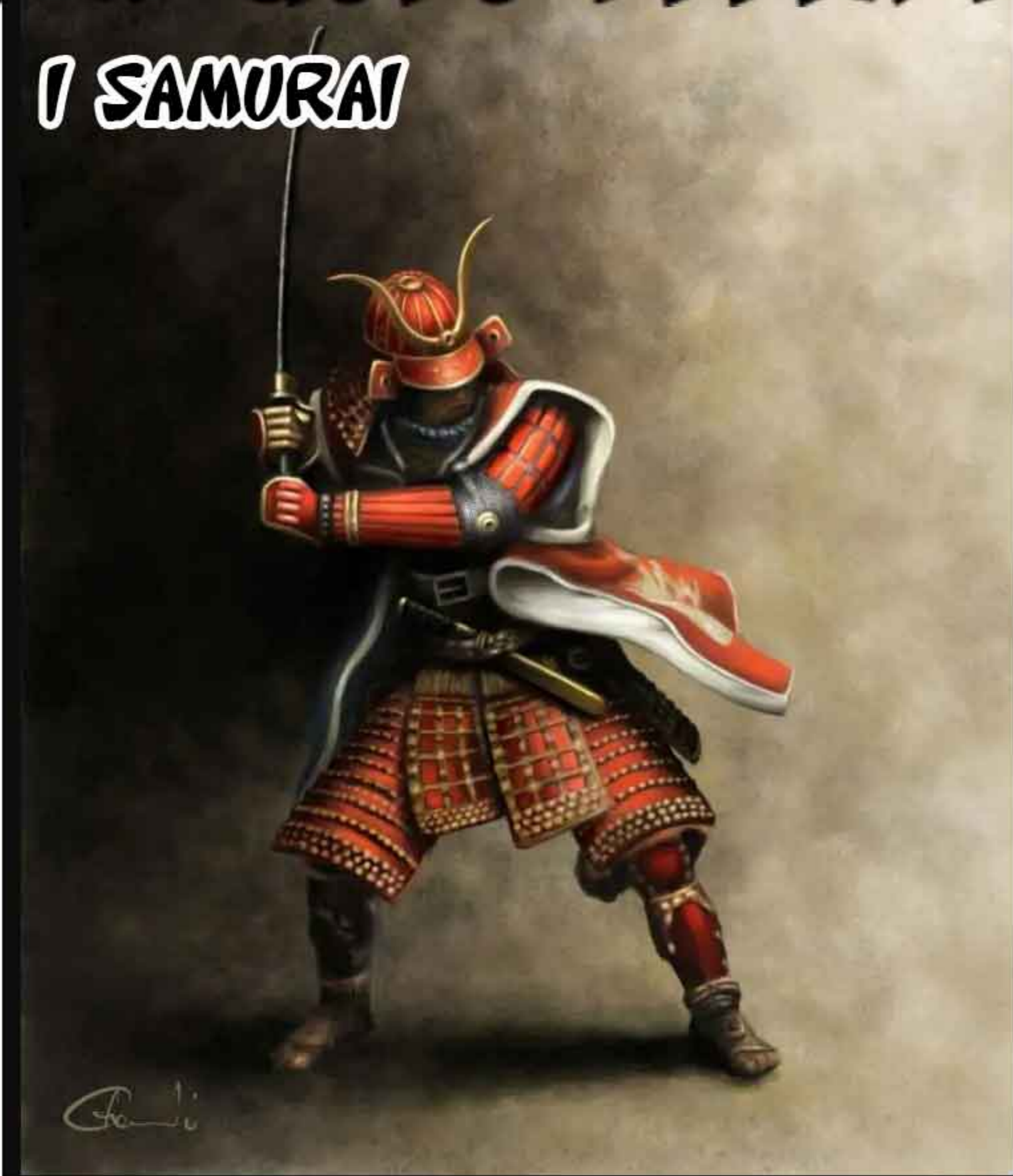
bici e riparazioni dal 1901

Via Aldo Moro n.3 | Mantova

☎ 0376 325249 📠 393 6948200 ✉ chinalicicli@gmail.com



I SAMURAI



La parola "samurai" significava originariamente "coloro che servono la nobiltà", scritto in caratteri cinesi o kanji che avevano il medesimo significato.

In giapponese, durante il periodo Heian (794-1185), si pronunciava saburapi e più tardi saburai.

Il nome deriva sicuramente da un verbo, saburau, che significa "servire" o "tenersi a lato" e letteralmente significa "servitore".

Un termine più appropriato sarebbe risalente al periodo Edo.

Il termine viene tuttora usato per indicare proprio la nobiltà guerriera (non, ad esempio, gli ashigaru cioè i fanti, né i kuge cioè gli aristocratici di corte).

I samurai che non servivano un daimyō perché era morto o perché ne avevano perso il favore, o la fiducia, erano chiamati rōnin, letteralmente "uomo onda", che intende "libero da vincoli", ma assume sempre un significato dispregiativo.

I samurai costituivano una casta colta, che oltre

alle arti marziali, direttamente connesse con la loro professione, praticava arti zen come il cha no yu (arte del tè) o lo shodō (arte della scrittura). Durante l'era Tokugawa persero gradualmente la loro funzione militare divenendo dei semplici rōnin che spesso si abbandonavano a saccheggi e barbarie. Verso la fine del periodo Edo i samurai erano essenzialmente designati come i burocrati al servizio dello shōgun o di un daimyō, e la loro spada veniva usata soltanto per scopi cerimoniali, per sottolineare la loro appartenenza di casta.

Con il rinnovamento Meiji (tardo XIX secolo) la classe dei samurai fu abolita in favore di un esercito nazionale in stile occidentale.

I Samurai ebbero il loro "canto del cigno" durante la Ribellione di Satsuma: nel 1877 un gruppo di Samurai di Satsuma guidato da Saigo Takamori, che pure era stato uno dei fautori del Rinnovamento Meiji, in opposizione all'occidentalizzazione della società giapponese iniziò una rivolta armata contro il governo imperiale.

Nella Battaglia di Shiroyama, combattuta il 24 settembre 1877, cinquecento samurai affrontarono trentamila soldati dell'esercito regolare giapponese venendo tutti massacrati con Takamori ferito che, in ossequio alle regole del Bushido, praticò il seppuku (suicidio rituale). Ciò nonostante il bushidō, rigido codice d'onore dei samurai, è sopravvissuto ed è ancora, nella società giapponese odierna, un nucleo di principi morali e di comportamento simile al ruolo svolto dai principi etici religiosi nelle società occidentali attuali.

Altro nome con cui era conosciuto il samurai è bushi il quale appare per la prima volta nel Shoku Nihongi (797 d.C.), un antico documento giapponese racchiuso in quaranta volumi che raccoglie le più importanti decisioni di stato prese dalla corte imperiale tra il 697 d.C. e il 791 d.C.

In una parte del libro si dice:

"I samurai sono coloro che formano i valori della nazione"



Durante l'era di più grande potere dei samurai il termine yumitori (arciere) veniva utilizzato come titolo onorario per un guerriero, anche quando l'arte della spada divenne la più importante.

Gli arcieri giapponesi (vedi arte del kyūjutsu) sono ancora fortemente associati con il dio della guerra Hachiman.

Un samurai prendeva il nome di rōnin (letteralmente "uomo-onda") quando il nobile padrone cui era legato moriva o perdeva la fiducia in quest'ultimo. Il bushidō prevedeva che per espiare la propria colpa e riacquistare l'onore perduto si dovesse ricorrere alla pratica dello harakiri, che significa "tagliare il ventre" e rappresenta la parte culminante della pratica del suicidio rituale denominato seppuku, attraverso il proprio sventramento con la spada corta wakizashi. Il venir meno a questi principi causava il disonore del guerriero, che diventava un rōnin, ossia un samurai errante, senza onore né dignità.

Il rōnin poteva essere disposto a lavorare per chiunque lo pagasse, oppure poteva arrivare a unirsi ad altri come lui e creare scompiglio nei villaggi, saccheggiandoli e creando confusione.

Pur continuando a fare parte dell'elevata casta dei samurai, i rōnin potevano mettersi al servizio del popolo, insegnando arti marziali e di guerra, facendosi assumere come guardie del corpo (yojimbo) oppure difendendo il villaggio da aggressioni esterne.

...continua...



Agenzia Agricola Beccari Mario
*legna da ardere - pellet di prima qualità
ferramenta - mangimi - tutto per il giardinaggio
consegnamo legna e pellet a domicilio*

offerte tutto l'anno

Via Montanara Sud N°153 Pilastro di Marcaria 46010 Mantova
Tel. 037696481 - cell. 3383172539 - mail fkybec@tin.it

COPPA ITALIA WMAC

KARATEMANTOVA: BUONA LA PRIMA!

p.sso PALESTRA DI PONTELAGOSCURO (FE) VIA VENEZIA, 98

COPPA ITALIA WMAC

GARA DI KARATE e KUMIBO

SOLO FORME E KOBUDO

GARA VALIDA PER LA PARTECIPAZIONE
ALLA COPPA DEL MONDO WMAC
DEL 12 E 13 NOVEMBRE
CHE SI SVOLGERA'
A BREGENZ IN AUSTRIA

Domenica 9 ottobre è partito ufficialmente il Campionato provinciale karate 2022/2023 con la gara WMAC a Pontelagoscuro (FE) gara valida anche per la partecipazione ai mondiali di Bregenz previsti per novembre.

Nonostante sia molto presto e la preparazione fosse solo all'inizio si sono viste ottime cose e i risultati sono puntualmente arrivati nelle varie specialità.

Un grazie alla società WMAC Italia ospitante con il M° Mauro De Marchi Presidente Europeo WMAC. Oltre a Karatemantova presenti la Jesus Accademia 2, WMAC Italia, AIKI Team, Musashi Dojo per il comitato di Mantova CSI.

Ma veniamo agli ottimi risultati:

partiamo dal Kata individuale:

Oro per Thomas Lars Magro, Chiara Adele Martinelli,

Lorenzo Canduti, Francesco Gola.

Argento per Mattia Bonardi, Giulia Guarnieri, Giulia Saccani, Riccardo Mariani, Gabriel Botu, Lorenzo Togni.

Bronzo per Riccardo Tebaldini, Francesco Sollo, Katia Surfaro, Daniel Treccani.

Nel Kata Creative:

Oro per Lorenzo Canduti, Gabriel Botu, Riccardo Donelli, Riccardo Tebaldini, Giulia Guarnieri.

Argento per Francesco Sollo.

Nel Kata con Armi (kobudo):

Oro per Nicole Gandini, Giulia Guarnieri.

Nel kata Team:

Oro per Treccani-Surfaro.

Argento per Guerresi-Saccani e Magro-Martinelli-Mariani.

nel Kumibo (combattimento con bastoni):

Argento per Daniel Treccani e Giulia Guarnieri.

Bronzo per Nicole Gandini e Riccardo Tebaldini.

Un bel bottino considerando che è la prima gara dell'anno e che gli allenamenti sono appena iniziati.

Si prevede una annata coi fiocchi. In attesa dell'Open di Lonigo continua la preparazione anche perchè il contingente di Karatemantova sarà molto più corposo.

Complimenti a tutti!





KARATEMANTOVA

**Karate Shotokan
e Kobudo di Okinawa**

VENCATO SANTO

CARROZZERIA
Tutto per
la tua auto



Loc. Barchetto 34 - ROVERBELLA (MN)
Tel. 0376 694059 - Fax 0376 692532
Cell. 347 3460590 - lorenzo.vencato@alice.it

Porta questo volantino per ottenere
uno sconto del 10% sul lavoro

CARROZZERIA
VENCATO



CARROZZERIA VENCATO SANTO AUTO E MOTO
V. BARCHETTO 34 - 46048 ROVERBELLA (MN)

TEL. 0376 694059 - CELL. 347 3460590 - MAIL info@carrozzeriavencato.it

Disbrigo pratiche assicurative



**Auto di cortesia
per chi esegue lavori sulla vettura**

Lavaggio Interni a vapore accurati
Lavaggio auto con aspirazione
Sostituzione lampadine
Istallazione pellicole oscuranti certificate e omologate
Sostituzione e riparazione parabrezza
a prezzi competitivi
Istallazioni ganci da traino
Rigenerazione fari automobili sia lucidati che verniciati
Ricarica climatizzatori
Personalizzazione vetture
A richiesta trattamento con prodotti specifici
per serbatoi con perdite di auto e moto
Restauro auto d'epoca di ogni genere
Disbrigo pratiche assicurative

Restorazione auto d'epoca di ogni genere



KARATEMANTOVA FA IL PIENO



Nella seconda prova di questo campionato provinciale CSI che si è svolta al palasport di Lonigo con la coorganizzazione della Jesus Accademia 2, Karatemantova ha letteralmente spopolato e vinto con il primo posto nella classifica di Società questa gara ufficiale del circuito CSI Mantova.

9 le società presenti tra cui la Jesus Accademia del M° Morra Felice papà di Luca Morra, proveniente dalla provincia di Foggia.

Potrebbe essere tranquillamente così una interregionale con le società provenienti dalla Lombardia, Veneto, Emilia Romagna e Puglia. Buono il livello tecnico nonostante siamo ancora ad inizio stagione e ottimi i risultati degli atleti virgiliani.

veniamo subito ai risultati per disciplina:

Kata Individuale:

Oro per Viola Gasparini, Filippo Siliprandi, Thomas Lars Magro, Chiara Adele Martinelli, Alessandro Barretta, Pierluigi Ferrara, Francesco Gola. - **Argento** per Edoardo Bedon, Mattia Fasani, Elisa Ngo, Giulia Guarnieri, Mattia Bonardi, Stella Guerese - **Bronzo 3° posto** per Lorenzo Togni, Beatrice Zambellini, Giulia Saccani, Carola Malgioglio, Nicole Gandini - **Bronzo 4° posto** per Giampaolo Ferrara, Riccardo Mariani, Riccardo Tebaldini, Vittoria Zambellini.

Kata a coppie:

Oro per Surfaro-Treccani, Saccani-Guerese, Siliprandi-Fasani
Argento per Gasparini-Togni, Zambellini-Guarnieri, Botu-Zambellini

Kata a squadre:

Oro per Magro-Mariani-Martinelli
Argento per Barretta-Ferrara-Tebaldini

Kata Disabili:

Oro per Jason Lazzarini Suarez - **Argento** per Renato Arcari

Kata a coppie integrato:

Argento per Lazzarini-Barretta - **Bronzo 4° posto** per Gandini-Arcari

Kata Creative:

Oro per Manuel Solazzo, Filippo Siliprandi, Beatrice Zambellini, Riccardo Tebaldini, Vittoria Zambellini - **Argento** per Gabriel Costantin Botu, Giulia Guarnieri - **Bronzo 3° posto** per Francesco Sollo





Kata con armi tradizionali:

Oro per Nicole Gandini, Riccardo Mariani - **Argento** per Chiara Adele Martinelli, Alessandro Barretta
Bronzo 3° posto per Giulia Guarnieri, Thomas Lars Magro - **Bronzo 4° posto** per Manuel Solazzo

Kata con armi trad. Disabili:

Oro per Renato Arcari - **Argento** per Lazzarini Suarez Jason

Kata a squadre con armi tradizionali:

Oro per Magro-Mariani-Martinelli - **Argento** per Arcari-Gandini

Un grande bottino di ben 28 medaglie d'oro, 25 d'argento, 15 di bronzo, per un totale di 68 medaglie e la coppa di 1^a società classificata.



FULVIO SOLE RITORNA LA CARICA DEI 101



UNO STAGE DA RECORD...



Lo stage di aggiornamento sulla metodologia di insegnamento del karate nel kata, nel kata da gara, nel kata a squadre, nel kumite ha avuto pieno successo. Fulvio Sole ha attirato più di 100 persone tra tecnici e atleti, non solo dal mantovano ma dalla Valtellina, dal Veneto e dall'Emilia Romagna. E' il primo stage post pandemia e l'interesse e la voglia di stare insieme ha giocato sicuramente carte favorevoli. All'inizio, dopo il rituale e tradizionale saluto, è intervenuta l'Assessora al Welfare Jessica Alberti del Comune di Marmirolo che ha patrocinato l'evento. Poi un lavoro di warm up da parte di tutti e l'inizio delle spiegazioni tecniche del M° Fulvio Sole. Bellissimo e efficace il lavoro per le squadre e le modalità di esecuzione in linea, di fronte e di spalle per poi arrivare al lavoro di squadra vero e proprio. Interessantissimo notare quanto gli atleti hanno messo per riuscire ad arrivare ad un buon sincronismo e al termine una prova all'unisono ha fatto "tremare" il palasport.

Da notare che il lavoro proposto non è stato prettamente sportivo, anche se effettivamente molto dell'arte marziale punta alle competizioni, ma è stata esaltata la purezza delle tecniche e dell'uso dell'anca come reale motore trascinante di ogni tecnica di attacco e difesa. Particolare attenzione è stata posta anche sulle posture e sviluppo delle posizioni con lunghezza e larghezza però sempre rivolte a poter poi portare una tecnica con il massimo effetto focalizzandosi su potenza e velocità. Da notare che allo stage han partecipato ragazzini di 10/12 anni e tecnici anche oltre i 70 anni... il karate unisce tutti ed è adatto a qualsiasi persona al di là delle età ed inoltre porta benefici a livello di salute, chiaramente proposto nel giusto modo a seconda delle proprie possibilità. Ancora una volta la perfetta organizzazione del Maestro Davide Reggiani e di Karatemantova ha portato i suoi frutti e il Comitato CSI di Mantova conferma la sua posizione in vetta del panorama nazionale del karate.

Arrivederci al prossimo stage in attesa delle prime gare in programma del campionato provinciale CSI.



FIERA DEL GRANA 2022



KARATEMANTOVA LASCIA IL SEGNO

Un piccolo gruppo di atleti di Karatemantova ha partecipato alla Fiera del Grana a Goito il 15 ottobre 2022. Presente come sempre il gazebo informativo offerto dalla Provincia di Mantova, con il materiale divulgativo e la mascotte di Karatemantova Kar-Lotta. Gli atleti, molti dei quali cinture bianche che hanno appena iniziato l'avventura marziale, si sono comunque già dimostrati all'altezza della situazione seppure alla prima uscita pubblica. Il M° Davide Reggiani accompagnato dal M° Daniela Braglia Presidente di Karatemantova ASD e APS, dall'Istruttore Mattia Bonardi e dall'Allenatore Nicole Gandini hanno seguito i bambini e i ragazzi eseguendo tecniche di base e i primi kata. Presentata anche la coppia formata da Renato Arcari e Nicole Gandini che si esibirà in gara domenica prossima all'Open di Lonigo nella categoria Integrata a coppie. Soddisfazione degli Assessori del Comune di Goito Rossi e Cimolino che si sono congratulati con l'Associazione Ciessina mantovana faro del karate per quel che riguarda il kata in Provincia di Mantova. Infatti oltre alla sede di Goito, Karatemantova ha sedi anche a Mantova città, Marmirolo, Sustinente, Carpenedolo (BS), Verona e timidamente si sta lavorando per ritornare anche a Rovereto. Al termine della dimostrazione foto di gruppo e foto anche individuali con la mascotte Kar-Lotta. Per info sui corsi 3385775667.



UnipolSai
ASSICURAZIONI

Divisione **LA PREVIDENTE** LP

di Bottini Andrea

Bottini Andrea & C. S.A.S. - Via Cisa, 95 - 46030 Cerese (MN) - Tel. 0376 281426

FOTO/RICORDI

DECATHLON - CURTATONE



Correva l'anno 2014. Karatemantova per una manifestazione invitati dalla Direzione dello Store Decathlon. Un angolo ritagliato tutto per noi con un folto pubblico che si è fermato ad osservare le evoluzioni dei nostri piccoli e grandi atleti.

I NOSTRI TROFEI

2018 - 5° TORNEO DEI GONZAGA
I CLASSIFICATI



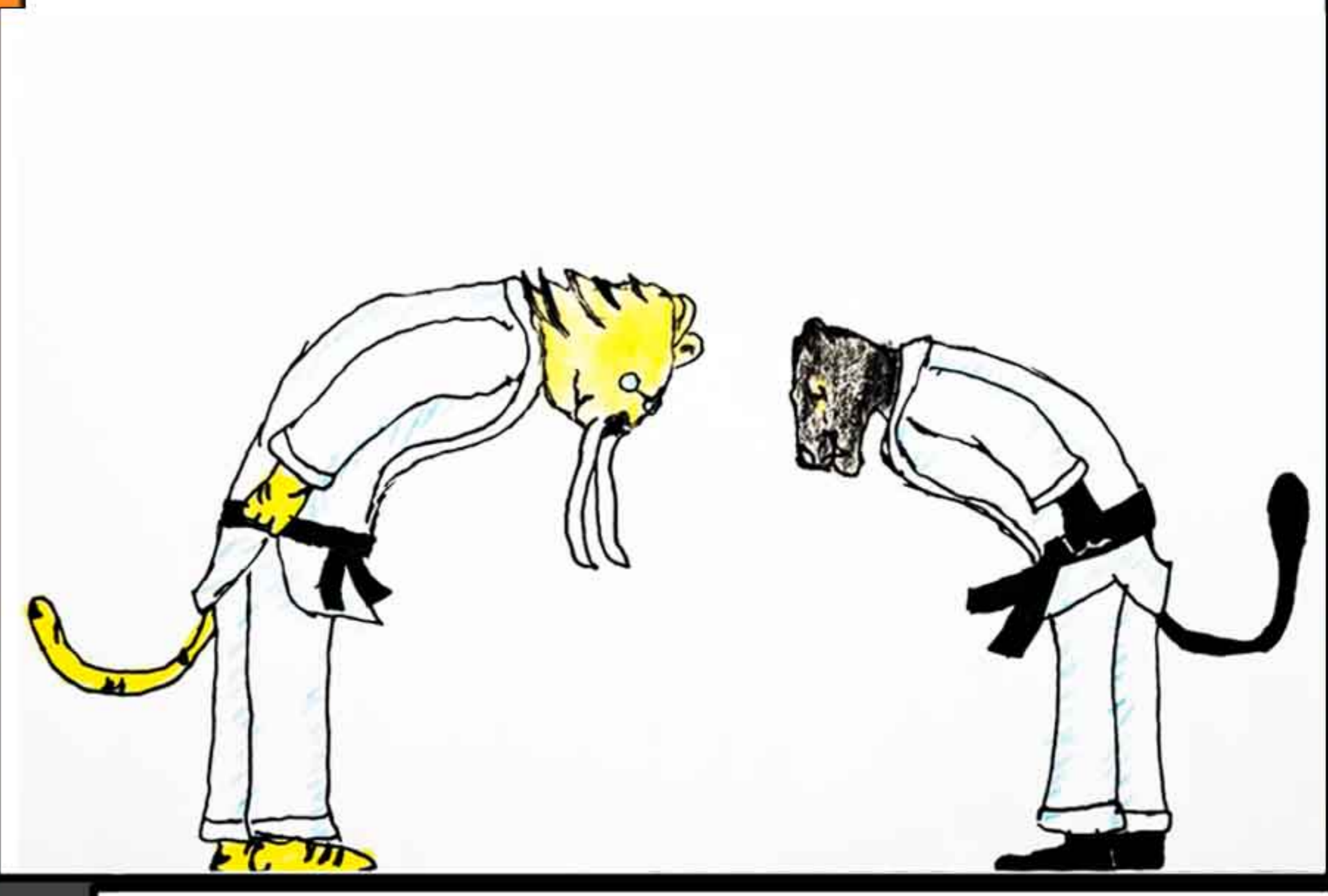
GEMMA IMPRESA EDILE snc

di Gemma Giuliano, Giordano e Cesare
Via Siena n.16 - 46100 Mantova
Tel./Fax 0376 380586 - Cell. 3396581264
E-mail gemmasnc@gmail.com
Web <http://gemmasnc.blogspot.com>

LE AVVENTURE DI KAR-LOTTA

storyboard Thomas Magro
disegni Lorenzo Tanassi

KAR-LOTTA E IL SUPER ALLENAMENTO



FINE

LEGO! CHE PASSIONE

di Thomas Magro



Ecco un nuovo Lego Ideas che ho trovato...avevo già visto un dojo, ma questo lo trovo incredibile..

È un dojo tradizionale in stile giapponese, dove studenti di tutto il mondo possono allenarsi alle arti marziali.

L'edificio ha un interno completamente utilizzabile con un tappeto tatami da competizione dove gli studenti di kendo e di altre arti marziali possono allenarsi in sicurezza. Uscendo dalle porte scorrevoli, si scende per le scale fino al campo di allenamento e al giardino, dove si possono vedere alti alberi di ciliegio in fiore. Nel giardino c'è una piccola varietà di piante. Davanti al muro che circonda il dojo ci sono dei mazzi di bambù altissimi.

Mi raccomando mandateci tante foto con le vostre "opere" Lego, le pubblicheremo tutte... inviatele all'indirizzo: kmmagazine@gmail.com col vostro nome e il titolo della costruzione. Alla prossima!



FONTE:
[https://ideas.lego.com/projects \(japanese dojo\)](https://ideas.lego.com/projects (japanese dojo))

BENVENUTO DANIEL!
BELLISSIMO IL TUO SET NINJAGO...
LA MOTO DRAGO D'ORO DI JAY
E DUE FANTASTICHE
MINIFIGURES...
TI ASPETTIAMO PRESTO...



GABRIELE, INCREDIBILE SET!
UNA MCLAREN FORMULA UNO 2022
DI-LEGO TECHNIC



UN GRADITISSIMO
RITORNO: GIOIA!
QUESTA VOLTA
CI PRESENTA
IL MONSTER JAM
GRAVE DIGGER
DI LEGO TECHNIC



..E UN BENVENUTO ANCHE
A EMMANUELE!
GRAZIE PER I TUOI BELLISSIMI MODELLI,
SUPER LAVORO!



A SCUOLA CON KARATE MANTOVA

di Ilaria Truzzi e Cristina Reggiani



VIAGGIAMO INSIEME: NARA 奈良市

Ci fermiamo in questa meravigliosa città... che abbiamo visitato anche durante il nostro viaggio in Giappone e che ci ha affascinato!

La città di Nara (奈良市) è una delle più antiche del Giappone; ne è stata capitale dal 719 al 794 e nel 1998 è stata dichiarata Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO.

Con i suoi templi e i quartieri tradizionali è un concentrato di arte e cultura giapponese.

In una città ricca di storia come Nara, seconda solo a Kyoto in quanto a luoghi ed edifici tradizionali, un visitatore ha solo l'imbarazzo della scelta. A noi vengono in mente sicuramente i bellissimi templi e il parco di Nara dove i cervi camminano fianco a fianco ai visitatori nella speranza di ricevere qualcosa da mangiare.. Vediamone alcuni insieme!

TEMPLI E SANTUARI

TODAI - JI



Il tempio Todai – Ji è una delle attrazioni più gettonate non solo di Nara, ma dell'intero Giappone.

Il tempio è un luogo di culto buddista ed è costruito interamente in legno.

Il punto focale dell'intera

struttura è il Daibutsu – Den (o Hall of Great Buddha), una grossa costruzione in legno che ospita il Buddha Daibutsu (il più grande al mondo, alto 15 metri). Sul retro del Daibutsu – Den è situato un pilastro con un foro al centro: si dice che le persone che riescono ad attraversarlo ricevano una sorta di "illuminazione", ma essendo uno spazio stretto, solo i bambini generalmente riescono a passare attraverso.



KASUGA

Il santuario Kasuga Taisha è uno dei maggiori santuari shintoisti della città di Nara.

Il santuario, con le sue colonne color vermiglio, i muri bianchi e i tetti in legno emana un'aura di spiritualità ed è perfettamente incastonato nel parco che lo circonda, anch'esso un'opera d'arte grazie ai 300 tipi diversi di alberi e piante presenti, al complesso intreccio di viali e in particolare alle lanterne di pietra che lo caratterizzano.

KOFUKU - JI

Il tempio Kofuku – Ji fu costruito al tempo in cui Nara divenne capitale ed era di proprietà della famiglia Fujiwara, una delle più potenti famiglie dell'epoca.

Degli originali 150 edifici solo alcuni sono arrivati fino a noi; due di essi sono una pagoda a tre piani ed una a cinque piani; quest'ultima, con i suoi cinquanta metri, è seconda in altezza solo a quella situata nel tempio Toji a Kyoto.



GIARDINO ISUIEN



Il giardino Isuien, situato non lontano dal tempio Todaiji è uno dei fiori all'occhiello della città di Nara, un'oasi verde diventata famosa anche grazie al genio di chi l'ha progettata; utilizzando la tecnica dello shakkei, infatti, gli architetti hanno incorporato nel background elementi come il tetto del Todaiji e le tre colline che circondano Nara. Il nome Isui – en significa “giardino costruito sull'acqua”, perché al suo interno è ricco di laghi grandi e piccoli. Il lago più grande si trova poco lontano dal cancello d'ingresso. Oltre ai suoi laghi e viali il giardino ospita un museo ed una sala da tè.



NARA KOEN, PARCO DI NARA

Il Parco di Nara (koen in giapponese significa parco), è un'enorme riserva naturale che si estende dalla parte bassa di Nara e Naramachi fino ai piedi delle colline. Questo parco comprende le aree del Todaiji, del Giardino Isuien e il Santuario Kasuga Taisha. La sua caratteristica più interessante è l'alto numero di cervi (considerati sacri) che lo popolano e che frequentemente si avvicinano ai passanti per essere nutriti da particolari cracker che vengono venduti per le strade.



idroterm
serre

progettazione e costruzione di
serre impianti AGRICOLTURA 4.0

LEGGENDE:

TAKEMIKAZUCHI-NO-MIKOTO

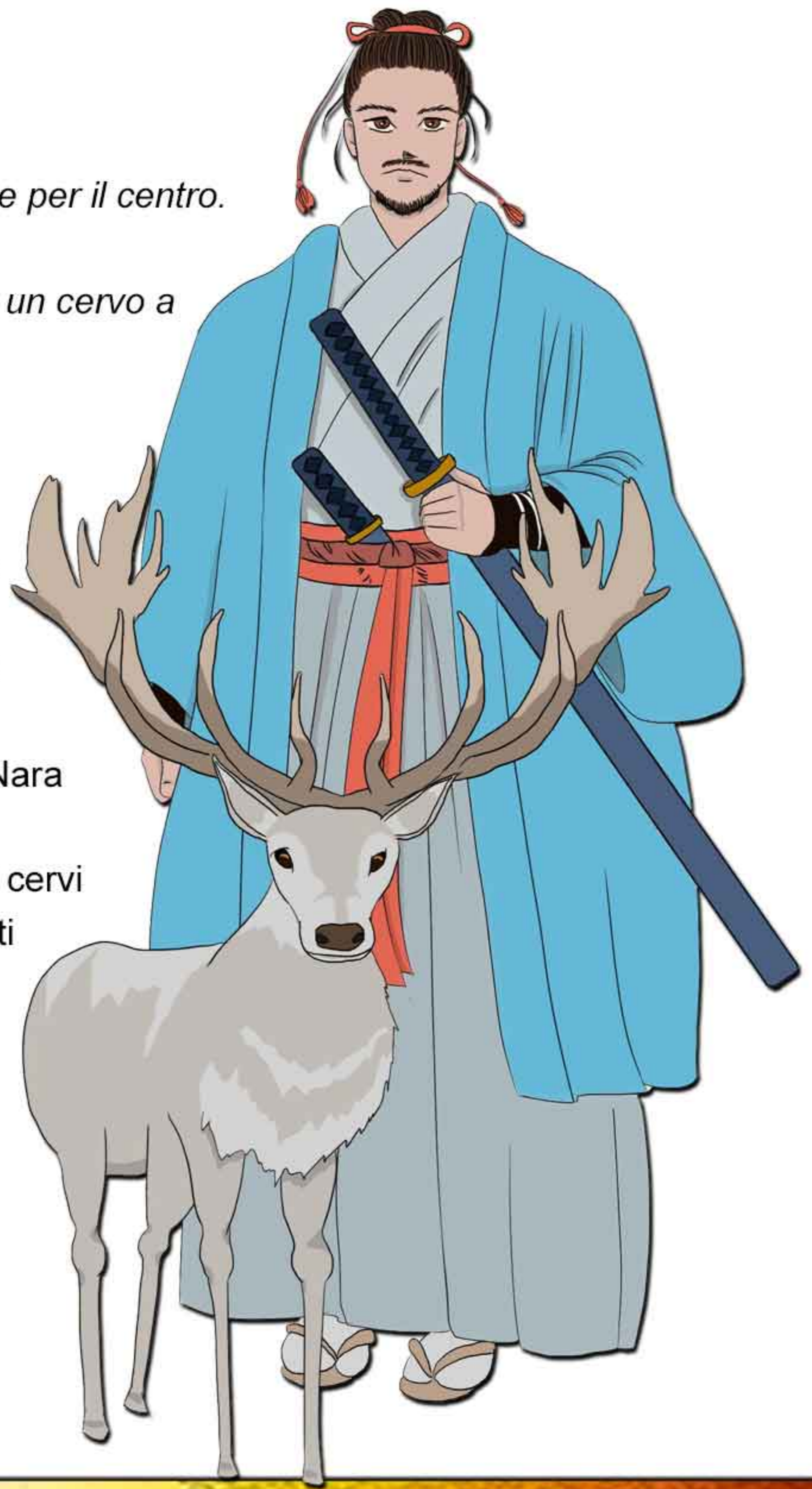
I cervi a Nara sono simbolo della città e girano liberamente per il centro. Oggi sono stati dichiarati come "Monumenti Naturali". Sono considerati sacri, tanto che in passato, chi uccideva un cervo a Nara era punibile con la pena capitale.

Ma come mai? Ce lo racconta una leggenda:

Takemikazuchi no Mikoto è il kami (divinità) del santuario di Kashima (nella prefettura di Ibaraki) e una delle divinità patrono delle arti marziali.

Ha anche preso parte a quella che è considerata la prima competizione di sumo menzionata nella mitologia.

Si dice che venne invitato al Santuario Kasuga Taisha di Nara e vi arrivò in sella ad una bellissima cerva bianca.



Da quel momento i cervi vennero considerati come dei messaggeri dei kami, e dunque sacri.



TATTOO YOU

Vnguyen

Piazza Don Leoni 14_46100 Mantova (MN)
Tel: +39 331 466 8370 - vnguyentattooyou@gmail.com



MENTAL COACH

GLI AGONISTI DI KARATEMANTOVA E JESUS ACCADEMIA 2 HANNO UN MENTAL COACH



In vista della grande kermesse e competizione mondiale World Cup di Bregenz (Austria) del 12 e 13 novembre la preparazione degli agonisti delle 2 società ciessine mantovane Karatemantova ASD e APS e Jesus Accademia 2 continua su più fronti.

Si è scelto di avere un Mental Coach per non trascurare gli aspetti psicologici legati all'ansia pre e post gara.

Il controllo e la consapevolezza di sé porterebbe così uno stato di

maggior concentrazione. Oggi in tutti gli sport si opera in tal senso e il M° Reggiani, unitamente al M° Morra, ha scelto di intraprendere anche questa strada con le cinture nere nell'età adolescenziale dai 13 ai 22 anni. Argomenti affrontati le difficoltà emotive che possono subentrare prima di una gara, come poter provare a relazionarsi in un team sentendosene parte.

Una occasione per stare insieme, conoscersi meglio, confrontarsi, chiedere, aprirsi.. tutto ciò di cui i ragazzi e le ragazze hanno sempre più bisogno.

Un gruppo bello, molto attivo e partecipe. La Dottoressa Jessica Alberti si è messa in gioco per sostenere i ragazzi e dargli spazio e che lei li ha definiti un vero vulcano di idee e pensieri. La Dottoressa Alberti ha già collaborato con il CSI e Karatemantova nei corsi dedicati ai tecnici ed ora nella veste di Mental Coach aiuta i più giovani ad affrontare con più serenità le importanti competizioni che si avvicinano facendo sentire i ragazzi più vicini tra di loro dopo un lungo periodo di distanziamenti sociali forzati.

L'incontro del 29 ottobre sarà seguito da altri incontri col gruppo agonistico per consolidare alcune situazioni e aiutare i ragazzi ad essere più sicuri di sé stessi e concentrati nei momenti agonistico-competitivi.



• COSA MI METTE IN DIFFICOLTÀ PRIMA DI UNA GARA?

• COSA È PER IL NOSTRO GRUPPO L'ANSIA?

• COSA VOUREMMO REGGIANI A CASA OGGI?

UnipolSai
ASSICURAZIONI

Divisione **LA PREVIDENTE** LP

di Bottini Andrea

Bottini Andrea & C. S.A.S. - Via Cisa, 95 - 46030 Cerese (MN) - Tel. 0376 281426

25

Il Mio Manuale di Karate



Sono usciti da poco questi due manualetti dedicati al karate e ai bambini fino a 10 anni, scritti dal M° Massimo Braglia già autore di un corposo volume sul karate dalle origini.

Nel primo volumetto troviamo tutti i nomi delle tecniche di karate con disegni molto simpatici con le parole giapponesi, i numeri e quello che serve per entrare in un dojo: da come si saluta al dojokun, dai colori delle cinture a come si allaccia.

Tutto molto tradizionale ma semplice e intuitivo come le fasi di apprendimento che portano al kumite passando dai kihon ippon al ju ippon.

Allegato un manualetto di attività per lo più basato su giochi logici, cruciverba, labirinti nato secondo noi più per interessare il bambino a utilizzare parole giapponesi o riconoscere tecniche.

Questi libretti ci fanno tornare un po' alle origini di come la didattica del karate shotokan sia nata e sviluppata ma forse proprio di questo il mondo del karate ha bisogno perchè il tradizionale a volte viene troppo messo in disparte dimenticando i principi che trasmette la nostra splendida disciplina.

Le illustrazioni aiutano i bambini a capire direzioni e posizioni nelle tecniche .

Direi che sono due volumetti piacevoli e meritano una buona diffusione.



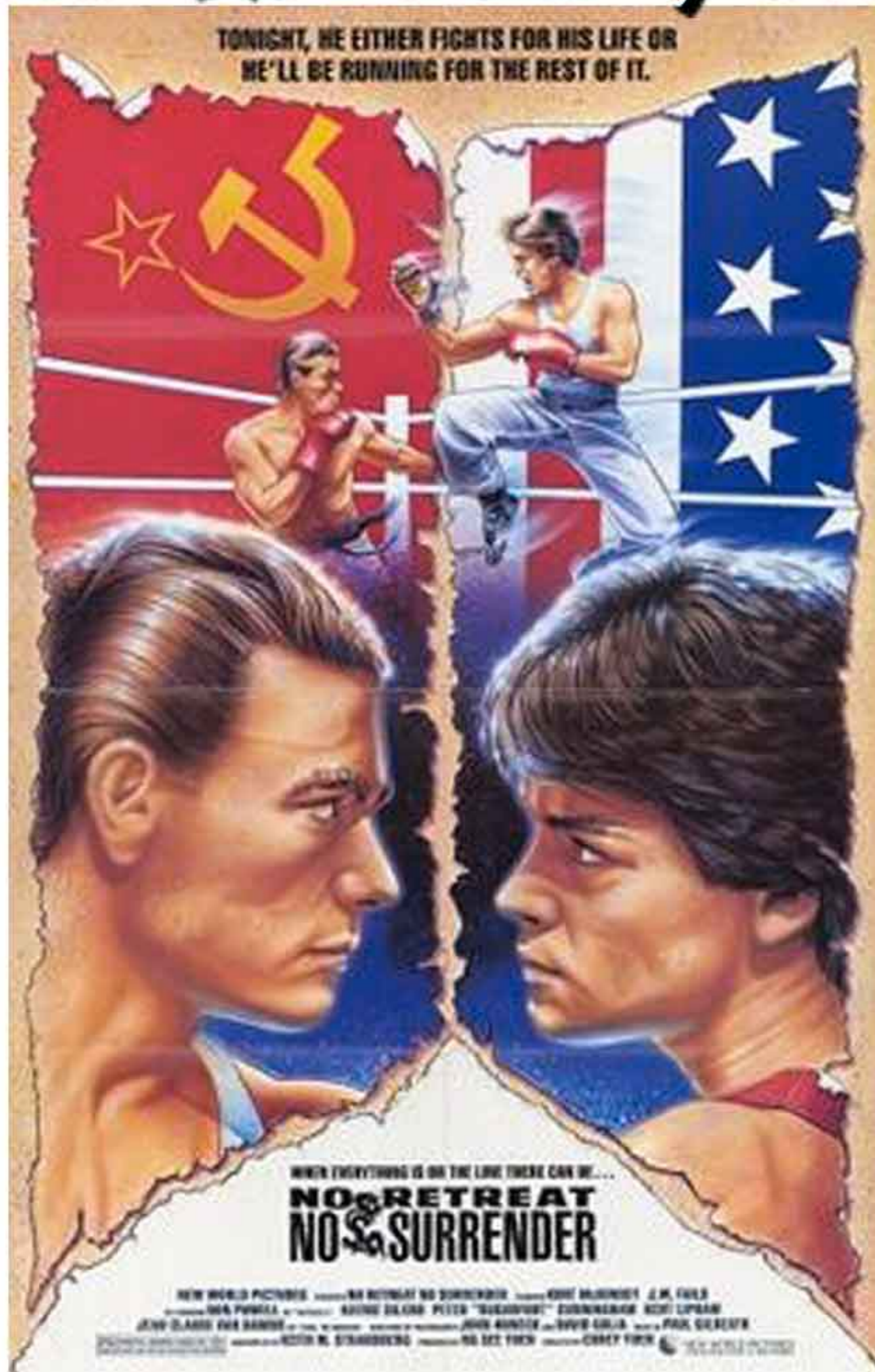
Poliambulatori Gerevini

 Mi piace 326 "Mi piace"

Poliambulatori Gerevini s.r.l

Via G. Garibaldi, 99, Carpenedolo (BS), 25013 - Tel. +39 030 9697779 - poliambulatorigerevini@gmail.com
SI RICEVE SU APPUNTAMENTO

NO RETREAT, NO SURRENDER



È un film di arti marziali del 1985 diretto da Corey Yuen al suo debutto alla regia americana. Il film è interpretato da Kurt McKinney, con un cast di supporto di Jean-Claude Van Damme, JW Falls, Kathie Sileno e Tai-chung Kim. Il film è uscito in Italia il 20 ottobre 1985 e negli Stati Uniti il 2 maggio 1986. McKinney interpreta Jason Stillwell, un adolescente americano che impara le arti marziali dallo spirito di Bruce Lee.

Stillwell usa queste lezioni per difendere il suo dojo di arti marziali contro l'artista marziale sovietico Ivan Kraschinsky (Van Damme).

È il primo film della serie No Retreat, No Surrender. Il film è stato scritto da Keith W. Strandberg dopo essere stato incaricato da Ng See-yuen, il proprietario della Seasonal Film Corporation, di scrivere una sceneggiatura per loro, nonostante non avesse mai scritto una sceneggiatura in anticipo. Van Damme è stato scelto per il film e ha causato problemi sul set per aver continuamente contattato fisicamente altri attori e stuntmen durante le scene di combattimento anche dopo che il regista Yuen gli aveva detto di non farlo.

Al momento del rilascio, il film ha ricevuto recensioni negative, concentrandosi sulla storia che molti critici hanno trovato troppo simile al film The Karate Kid

Jean-Claude Van Damme è stato scelto per interpretare il cattivo sovietico Ivan Kraschinsky. Sul set, Van Damme ha

eseguito un calcio in casa su Pete Cunningham che lo ha reso privo di sensi. L'attore e artista marziale Timothy Baker ha affermato che mentre lavorava con Van Damme durante le scene d'azione sul set, il direttore di produzione e regista Corey Yuen gli aveva ordinato di non entrare in contatto con gli altri attori e stuntmen. Nonostante i continui avvertimenti, Van Damme ha continuato a farlo con i suoi calci a Baker durante le riprese. Altri attori e artisti marziali hanno affermato che Van Damme non era stato sconsiderato con il suo contatto fisico, incluso Ron Pohnel, che ha detto: "Il suo controllo non era come il mio, ma non mi sono lamentato". Van Damme originariamente aveva un contratto per due film con lo sceneggiatore Strandberg, ma ha rotto il suo contratto.



ICHI NI SAN, MUSICA!



Continuiamo il viaggio per conoscere gli strumenti musicali tradizionali giapponesi, tra musicisti, folklore e qualche aneddoto.

BIWA

Biwa (琵琶) è il termine con cui si indicano i liuti piriformi giapponesi a manico corto.

Si tratta della pronuncia giapponese della combinazione di due sinogrammi letta in cinese pipa, antenato del biwa. Il manico, dotato di tasti, ed il corpo a forma di pera sono ricavati da un unico pezzo di legno; le corde di seta si accordano tramite dei pioli montati su una paletta quasi ortogonale al manico.

Elemento caratteristico è il sawari, suono prodotto volutamente dal contatto delle corde con alcune zone dello

strumento. Importati dalla Cina al più tardi nell'ottavo secolo, i biwa sono diventati parte integrante della tradizione locale: tipico fu il loro uso da parte dei cosiddetti monaci itineranti ciechi (琵琶法師 biwa hōshi) per recitare brani di poemi epici, tra cui lo Heike monogatari (平家物語), poema sulle guerre tra la famiglia Taira (平) e Minamoto (源).

Alla famiglia dei biwa appartengono cinque principali sottotipologie: gakubiwa, impiegato nel gagaku, mōsō biwa, utilizzato da musicisti itineranti per accompagnare i sūtra buddhisti, heike biwa, impiegato per accompagnare lo specifico repertorio di canti epici, satsuma biwa e chikuzen biwa, entrambi per tradizioni narrative create nel periodo moderno e derivate da quella del mōsō biwa. *fonte:wikipedia*



Distributore Ufficiale
di zona

Karategi e judogi:



BARRUS TŌKAIDO



**MANTOVA
PROMOSPORT**

di Davide Reggiani

Coppe - Targhe - Trofei - Medaglie - Materiale premiazioni
di produzione italiana

Materiale arti marziali - tatami - personalizzazione abbigliamento

Via Terracini, 72 Mantova 338 5775667 mantovapromosport@libero.it



28




KARATEMANTOVA
a MANTOVA
dal 14 settembre 2022
CORSI di
KARATE PER TUTTI
e Kobudo di Okinawa

Mercoledì e Venerdì
dalle 18.00 alle 20.00
palestra Sacchi
Via Giulio Romano 58

338 5775667
info@karatemantova.it







KARATEMANTOVA
dal 12 settembre 2022
CORSI di
KOBUDO di
OKINAWA

Mantova il venerdì
dalle 20.00 alle 20.30
Marmiolo il martedì
dalle 20.00 alle 20.30
Sustinente il lunedì
dalle 19.30 alle 20.30

338 5775667
info@karatemantova.it








KARATEMANTOVA
MARMIROLO
dal 13 settembre 2022
CORSI di
KARATE PER TUTTI
e **BABY GIO-KARATE**
dal 3 ai 5 anni

Martedì e Venerdì
dalle 18.00 alle 20.00
palestra Scuole medie
Via Carducci

338 5775667
info@karatemantova.it






KARATEMANTOVA
GOITO
dal 12 settembre 2022
CORSI di
KARATE PER TUTTI
e **BABY GIO-KARATE**
dal 3 ai 5 anni

Lunedì e Giovedì
dalle 18.30 alle 20.00
palestra Dinamica
Via Mincio

338 5775667
info@karatemantova.it






KARATEMANTOVA
a CARPENEDOLO
dal 13 settembre 2022
CORSI di
KARATE PER TUTTI

Martedì e Venerdì
dalle 18.00 alle 20.00
palestra Scuole
Via Laffranchi

338 5775667
info@karatemantova.it






KARATEMANTOVA
a SUSTINENTE
dal 12 settembre 2022
CORSI di
KARATE PER TUTTI

Lunedì e giovedì
dalle 18.30 alle 20.00
palestra Via TRAZZI
all'inizio per lavori saremo
in sala civica

338 5775667
info@karatemantova.it





KARATEMANTOVA

CORSI DI KARATE E KOBUDO DA SETTEMBRE 2022

www.karatemantova.it

3385775667 info@karatemantova.it

PROSSIMI APPUNTAMENTI

ZUMITE-FORMS-BREAKING-MMA-LIGHT-GRAPPLING-SPORT JIU JITSU
ORIENTAL BOXING-KI KICKBOXING-FULL CONTACT-KICKBOXING
SELF DEFENSE-POINT FIGHT-LIGHT CONTACT-KICK LIGHT
RUMBLE-NO CONTACT



PRESENTED BY
WMAC

/ 12. - 13. 11. 2022

**INTERNATIONAL
BREGENZ OPEN**

WORLD CUP

U. BURGGRÄFLERGASSE 11,
6900 BREGENZ, AUSTRIA

REGISTRATION & INVITATION:
WWW.KICKBOXREGISTRATION.COM

HOSTED BY WMAC WORLD
& BLACK DRAGON BREGENZ



17/18 dicembre 2022




Comune di Sustinente

**CAMPIONATO NAZIONALE DI KARATE CSI 2022-2023
FASE PROVINCIALE - REGIONALE**

4° Christmas Cup

Sustinente Palasport
Via Manzoni 98
Gara di karate e kobudo
KATA

coppie - squadre - individuale
integrato - disabili - family
weapons




**INTERNATIONAL
DRAGON DAY CUP**
6° Edizione

Gara Nazionale di Karate e Kobudo CSI
San Giovanni Lupatoto (VR)

Palasport Via Monte Ortigara
4 DICEMBRE 2022
inizio gare ore 9.30



Gara valida per i Campionati Provinciali CSI
dei Comitati di Verona e Mantova
info: artimarziali.csiverona@gmail.com
artimarziali.csimn@libero.it
347 4182017 oppure 338 5775667

FORMAZIONE. ARTI MARZIALI E DAE

Rubiamo un pò di spazio da questa pagina per darvi una notizia arrivata in redazione all'ultimo minuto e che proprio non si poteva evitare di divulgare.

Si è svolto sabato 22 ottobre il corso di aggiornamento per operatore laico DAE presso la sala del CSI Centro Sportivo Italiano in Via Cremona 26A. La formazione Curata dalla Società Nazionale di Salvamento sezione di Mantova capitanata da Massimo Zanichelli è stata rivolta ai tecnici di Arti Marziali CSI di Karatemantova e Jesus Accademia 2 ormai da anni formati e rigorosamente aggiornati come previsto dalla vigenti normative. Il Maestro Davide Reggiani formatore CSI SNAQ cura tutti i corsi e periodicamente gli istruttori e insegnanti di palestra sono sottoposti a nuove lezioni teorico-pratiche. Questa volta rivolta all'uso del defibrillatore e della rianimazione RCP cardi polmonare in caso di arresto cardiaco. Interessantissima la lezione con prove multiple anche a coppie sui manichini sia adulti che ragazzi e infanti. La qualità dei tecnici di queste due società deve essere alta prevedendo eventuali problemi che potrebbero nascere in palestra o fuori sia a livello medico che anche a livello psicologico o operativo. Questo è il CSI queste sono Karatemantova e Jesus Accademia 2. Si sono diplomati e aggiornati M° davide reggiani, M° daniela Braglia, M° Simone Reggiani, M° Romano Orlandi, Istr. Sall Serigne Bassirou, Istr. Mattia Bonardi, Istr. Nicola Bonardi, Istr. Andrea Antonelli, Istr. Maurizio Rossato, Istr. Manuele Giaron, Istr. Ilaria Truzzi, Istr. Cristina Reggiani, Istr. Katia Surfaro, Istr. Daniel Treccani, Istr. Luca Morra, All. Elio Masaia, All. Giada Orlandi, All. Aldo Maggio, Aiuto All. Anett Katona.



**RICAMI PERSONALIZZATI - STAMPE - GADGET
a MANTOVA**

tantissime proposte nella sezione HANDMADE!



www.crikami.it - info@crikami.it

PREVENTIVI GRATUITI E SENZA IMPEGNO

realizza con me le tue idee...



Fasce con elastico o con ferretto, scrunchies, orecchini a bottone grandi o piccoli, papillon
Abbinamenti Lui/Lei o Mamma e figlia
Info e costi: info@crikami.it - 3280120724

Lego Division!
tante idee con la stoffa lego!

richiedi informazioni a info@crikami.it

astucci che stanno in piedi

RICAMI PERSONALIZZATI - STAMPE - GADGET
a MANTOVA

tantissime proposte nella sezione HANDMADE!

www.crikami.it - info@crikami.it
PREVENTIVI GRATUITI E SENZA IMPEGNO
realizza con me le tue idee...

sacca scarpe o porta-lego

Creiamo insieme quello che più vi piace!

seguì Crikami sui social per rimanere aggiornato!

Seguici su: facebook.

Seguici su Instagram

cuscino lego personalizzabile col tuo nome

rikami
di REGGIANI CRISTINA
info@crikami.it - www.crikami.it
Tel. 3280120724
Via Terracini, 72 - Mantova (MN)

RICAMI PERSONALIZZATI, STAMPE E GADGET

MANTOVA PROMOSPORT
di Davide Reggiani

...Da oggi spillette e magneti da frigo con i vostri loghi...

Coppe - Targhe - Trofei - Medaglie - Materiale premiazioni di produzione italiana
Materiale arti marziali - tatami - personalizzazione abbigliamento

Via Terracini, 72 Mantova 338 5775667 mantovapromosport@libero.it



KARATEMANTOVA MAGAZINE

In Okinawa tutti i Miyagi conoscono due cose: pesce e karate. Karate viene dalla Cina, XVI secolo. Si chiamava Te, mano. E molto più tardi, antenati di Miyagi lo chiamarono Karate, mano vuota.

MAESTRO MIYAGI



NEL PROSSIMO NUMERO:

**VI RACCONTEREMO DI UN GRANDE MAESTRO...
RISULTATI E CLASSIFICHE DEL MONDIALE WMAC DI BREGENZ E MOLTO ALTRO..**

Karatemantova Magazine - Nr. 30 - Novembre 2022

redazione e impaginazione: Vittorio Magro

disegni: Riccardo Tebaldini, Cristina Reggiani, Ilaria Truzzi, Lorenzo Tanassi

foto: Noemi Borghesan

*rubriche: Davide Reggiani, Simone Reggiani, Cristina Reggiani,
Ilaria Truzzi, Thomas Magro, Carola Malgioglio*