



# NOTIZIE DAL DOJO

# KARATEMANTOVA MAGAZINE



**KARLOTTA VA IN VACANZA**



**IN QUESTO NUMERO:  
IL SALUTO  
DEL M° NANDO BALZARRO  
E DI HARALD FOLLADORI**

**GLI STILI DEL KARATE**



**DIARIO DI OKINAWA**



**SUPER RICORDI**



KARATEMANTOVA - A.S.D.



# KARATEMANTOVA MAGAZINE

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - ANNO 1° NR.2 - LUGLIO 2020



CLIKKA SU:



Seguici anche su  
**Facebook**



Seguici anche su  
**You Tube**

**SEGUICI ANCHE SU INSTAGRAM**

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

**segui anche su facebook, youtube e instagram**

**CONTATTI:**

info corsi: [info@karatemantova.it](mailto:info@karatemantova.it) - tel. 338 5775667 - Fax. 0376 396485

invio materiale: [kmmmagazine@gmail.com](mailto:kmmmagazine@gmail.com)

**ATTENZIONE: CHIUNQUE FOSSE INTERESSATO AD INSERIRE UNA PROPRIA PAGINA PUBBLICITARIA È PREGATO DI CONTATTARE DAVIDE REGGIANI**

# LA PAROLA AL MAESTRO: del M° Davide Reggiani

Questo mese vi voglio mettere in guardia sulla scelta del Maestro.

A volte risulta difficile trovare quello giusto.

Spesso si incappa in falsi maestri che pensano a molte cose tranne che al bene dei loro allievi.

Per carità nessuno è perfetto, ma risulta importante mettersi nelle mani della persona giusta, che si aggiorna continuamente e che prenda a cuore le persone.

Non so se sono la persona giusta ma son sicuro che ho a cuore tutti i miei allievi nessuno escluso.

Voglio lasciarvi queste poche parole assieme ad una poesia di Gianni Rodari molto adatta a questo mio breve pensiero:



C'era una volta un cane  
che non sapeva abbaiare.  
andò da un lupo a farselo spiegare,  
ma il lupo gli rispose  
con un tale ululato  
che lo fece scappare spaventato.  
Andò da un gatto, andò da un cavallo,  
e – mi vergogno a dirlo –  
perfino da un pappagallo.  
Imparò dalle rane a gracidiare,  
dal bove a muggire,  
dall'asino a ragliare,  
dal topo a squittire,  
dalla pecora a fare « bè bè »,  
dalle galline a fare coccodè.  
Imparò tante cose,  
però non era affatto soddisfatto  
e sempre si domandava  
(magari con un « qua qua »...):  
– Che cos'è che non va?  
Qualcuno gli risponda, se lo sa.  
Forse era matto?  
O forse non sapeva  
scegliere il maestro adatto?  
(Gianni Rodari)



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

# SOMMARIO



**PAG.5: SEGNALI DI RIPARTENZA**



**PAG.7:  
RITORNO AL DOJO  
E CONSIGLI DI LETTURA DAL M° NANDO BALZARRO**



**PAG.9: GLI STILI DEL KARATE**

**PAG.10: KOBUDO**

**PAG.12: ARTI MARZIALI DI OKINAWA**

**PAG.14: FOTO/RICORDI**

**PAG.15: I NOSTRI TROFEI**

**PAG.16: LE AVVENTURE DI KAR-LOTTA**

**PAG.17: LEGO! CHE PASSIONE**

**PAG.18: IL SALUTO DI HARALD FOLLADORI**

**PAG.19: ICHI NI SAN MUSICA!**



Distributore Ufficiale  
di zona

Karategi e judogi:



**MANTOVA  
PROMOSPORT**

di Davide Reggiani

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

Materiale arti marziali - tatami - personalizzazione abbigliamento

**BARRUS** TŌKAIDO

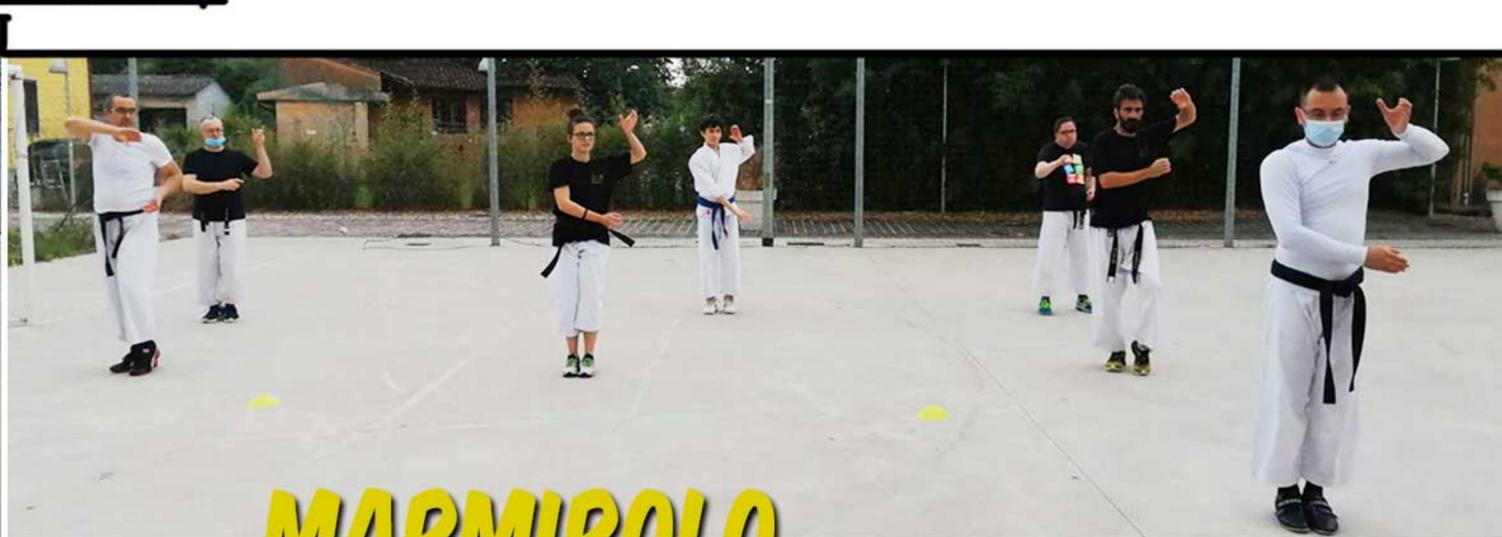
Via Terracini, 72 Mantova 338 5775667 [mantovapromosport@libero.it](mailto:mantovapromosport@libero.it)



# SEGNALI DI RIPARTENZA



## MANTOVA



## MARMIROLO



## CARPENEDOLO

**UnipolSai**  
ASSICURAZIONI

Divisione **LA PREVIDENTE**



di Bottini Andrea

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



# SEGNALI DI RIPARTENZA



**SUSTINENTE**



**...SEMBRAVA IMPOSSIBILE MA ANCHE A ROVERETO CE L'ABBIAMO FATTO, SOLAMENTE A FINE MESE, MA SIAMO RIPARTITI ANCHE QUA. UNA GRANDE NOTIZIA CHE TANTO LA SOCIETÀ KARATEMANTOVA SOGNAVA DI CONDIVIDERE. CON IL MAESTRO ROBERTO BONI, PRESSO IL PARCO "PERLASCA" DI ROVERETO SONO RICOMINCIATI GLI ALLENAMENTI DI KARATE.**



**ROVERETO**



**PNEUS MANTOVA snc**

**di GASTALDI GIORGIO & CLAUDIO**



**Driver.**  
Pneumatici & Assistenza

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

# RITORNO AL DOJO

LETTERA DAL MAESTRO NANDO BALZARRO



Alessandro Martelotta © 2015

Due mesi di isolamento forzato sicuramente è risultato faticoso, impegnativo se non persino tragico per tutti gli italiani. Certamente ognuno con i propri problemi, la noia, le frustrazioni, quel senso di oppressione dovuto all'improvvisa perdita di libertà a cui era abituato senza comprenderne la vitale importanza.

In particolare per coloro che, quale regola di vita, si erano posti rigorosi programmi di allenamento quotidiano, corsa per i campi, esercizi fisici in palestra, partite di tennis, calcio, pallavolo.

Per noi (e quando dico noi intendo ovviamente i karateka), oltre a questa generica perdita di attiva possibilità di regolare esercizio della nostra arte, si aggiunge un ulteriore elemento valoriale.

Il karate, com'è noto, non è solo uno sport, non è solo finalizzato alla competizione e al risultato della gara, bensì si propone ben altri e alti obiettivi che, in taluni casi, trascendono la fisicità per sconfinare in un vero e proprio sistema di vita.

Potremo quindi facilmente immaginare come il "lock down" e il così detto distanziamento sociale, non abbia solo colpito una generica assenza di allenamento motorio, bensì ci abbia

privato nella sostanza di uno dei primari scopi della nostra esistenza.

La riapertura del Dojo, è assai più significativa dell'apertura della sala pesi o di fitness, o del campo di calcio, in quanto rappresenta per se stessa un preciso ritorno al senso di una scelta.



Lungi da me sminuire altre attività fisiche e sportive in nome di una presunta superiorità della nostra pratica.

Semplicemente, mi piace sottolineare quanto lo studio dell'arte marziale possa coinvolgerci nel profondo del cuore, nella concentrazione della mente, nel silenzio dello spirito.

C'è da segnalare che, durante questo tragico periodo, si è manifestato un vero e proprio florilegio di appuntamenti su nuove piattaforme online, dirette facebook, filmati youtube, più una incontrollata proliferazione di video casalinghi forieri di quotidiani aggiornamenti su questo o quel kata e speciali kihon, eseguiti schivando abilmente divani e frigoriferi, lampade a stelo e preziosi vasi cinesi.

Per non parlare dell'invasione di conferenze a tema, dibattiti tipo talk show, interviste all'americana con i due volti affiancati in serrate botta e risposta.

In pratica, a qualunque ora del giorno e della notte, più o meno in tempo reale, risultava pressoché impossibile non incappare in qualche confronto interattivo con blasonati atleti o celebri maestri.

Per carità... va benissimo!

Purché, anche solo per un attimo, non si siano sopravvalutati tali mezzi, al punto di sostituire anche in futuro il fondamentale ruolo del maestro.

Maestro presente in carne ed ossa, maestro che spiega, corregge, incita, respira e ama i suoi allievi.

A tal proposito, colgo l'occasione per salutare tutti i karateka di karatemantova che, tra l'altro, avrei dovuto incontrare con enorme piacere ad uno stage già preventivato per fine aprile e che, causa virus, è stato immediatamente annullato.

Spero tanto prossimamente si possa vederci, conoscerci, lavorare insieme, uniti dall'amore per il karate, e legati dalla medesima grande passione.

M° Nando Balzarro



# CONSIGLI DI LETTURA

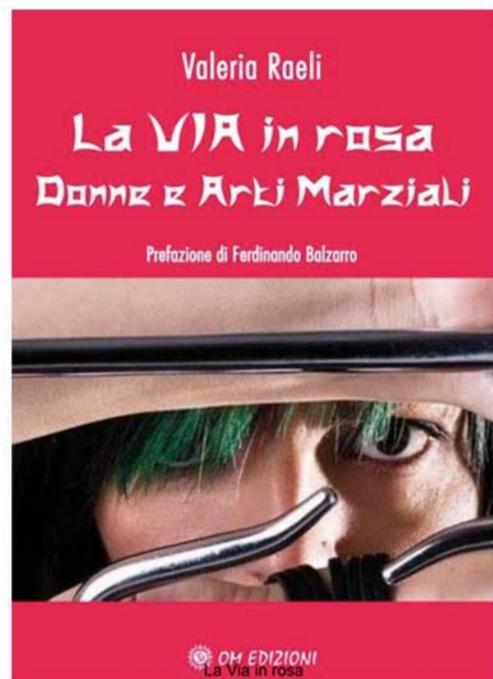
DAL MAESTRO NANDO BALZARRO

.....vi vorrei consigliare due importanti libri appena pubblicati dalla OMedizioni.

Il primo, "La Via in rosa" Donne e arti marziali, tratta dell'esperienza di maestre e atlete di diverse discipline, compreso il karate, ai quali hanno dedicato la loro vita.

Il secondo mi vede autore di una sorta di diario di questi sessanta giorni di clausura con relativi problemi soprattutto per noi karateka....di seguito i link ai libri:

<https://www.omedizioni.it/la-via-in-rosa.html> <https://www.omedizioni.it/spazio-virus.html>



*Prefazione di Ferdinando Balzarro*

Sebbene da numerosi decenni la presenza delle donne in qualsivoglia attività umana, sia indiscusso dato di fatto, nonché acclarata la di loro capacità di raggiungere altissimi livelli nelle più disparate discipline artistiche e sportive, per quanto concerne le Arti Marziali, una vera e propria diretta testimonianza di tale straordinaria esperienza non era mai stata considerata, né tanto meno descritta e infine puntualmente raccolta in un libro...perlomeno in Italia.

Con questo "roseo" testo, l'autrice si pone l'obiettivo di colmare almeno in parte tale lacuna intervistando otto delle più significative esponenti e maestre di Arti Marziali (di esclusiva matrice giapponese): Karate, Judo, Kyudo, Aikido, Kendo.

Dalla loro stessa voce scaturiranno i principali motivi di una scelta di vita, le difficoltà incontrate, le emozioni, i dubbi e le contraddizioni, i sacrifici, le fulgide soddisfazioni, il puro amore per l'Arte, la monolitica passione.

Pur essendo tutte campionesse dal glorioso passato agonistico, la componente volutamente posta in risalto, riguarda appunto quell'arduo percorso, la "Via"...il "DO", che ognuna di esse ha compiuto e ancora umilmente prosegue, sempre alla ostinata ricerca di sé e per lasciare le proprie tracce alle nuove generazioni.

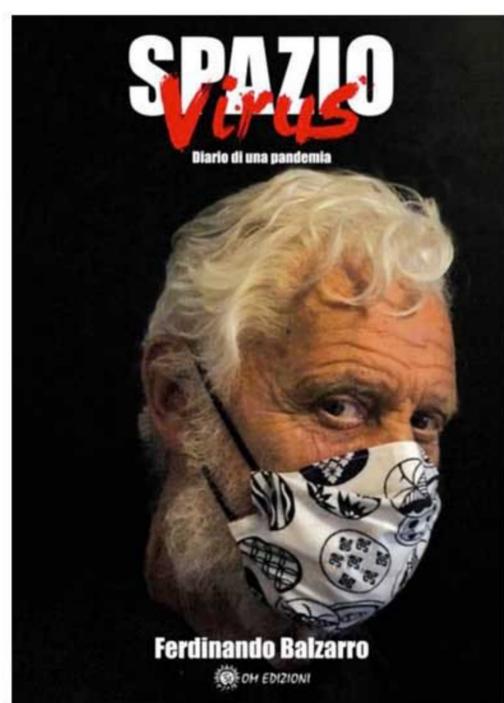
Non mancherà il contributo di cinque importanti maestri di karate, Judo e Aikido che esprimeranno il loro punto di vista sul magico quasi melodico richiamo della "Via in Rosa".

*L'Autrice* - Valeria Raeli è nata a Palermo. A 14 anni comincia la pratica del Karate Shotokan con il Maestro Giuseppe Morello. Intraprende gli studi classici e si laurea in Scienze Politiche. Nonostante la formazione giuridica, ha una passione artistica che esprime creando monili in pietre dure semipreziose.

Ha approfondito per alcuni anni lo studio del Kobudo, del Katori Shinto Ryu, e dell'Aikido Yoseikan.

Dal 2012 vive a Bologna e continua a praticare Karate con il Maestro Ferdinando Balzarro.

Nel 2017 pubblica il libro: Miguel De Unamuno, Problematiche e Momenti della sua Formazione Culturale e Politica edito da "Le Lettere Scarlatte". è IV Dan di Karate Shotokan.



*Ferdinando Balzarro*

Squilibri, paure, perdite d'identità, insonnia, solitudine, noia, spaesamento, difficoltà di immaginare il futuro... Tutto alle spalle? Tutto finito?

Per la prima volta dalla seconda grande guerra, si affaccia nel panorama mondiale un nemico sconosciuto ed implacabile in grado di sfidare e mettere a dura prova la normale esistenza del genere umano.

La sua insidia sta nell'affacciarsi come una innocua influenza curabile ma, ben presto, la sua propagazione virulenta intossicherà le nostre vite e le nostre anime.

L'incidenza mortale e l'impressionante rapidità di contagio, colloca la pandemia provocata dal virus Covid 19 tra le più devastanti del secolo.

Spazio Virus, scritto in perfetta sintonia quotidiana con il blocco totale imposto dallo stato su tutto il territorio nazionale, scandisce i momenti drammatici affrontati da moltissime nazioni, in particolare l'Italia.

Ne emerge un racconto giornaliero profondo, sensibile e accorato. L'autore vive in prima persona l'effetto di una solitudine fisica e psicologica durata sessanta giorni, periodo stabilito per il lock down. Non è un semplice diario cronaca. Esso, rappresenta un filo sottile ed emozionale che collega la nuova vita quotidiana del protagonista alle desolanti notizie che, giorno dopo giorno, caratterizzano uno dei periodi più difficili e pericolosi che la scienza dell'intero globo abbia mai dovuto affrontare.

In questo testo raffinato, a tratti sconcertante, duro e romantico,

Balzarro raccoglie ed elabora le percezioni, gli stati d'animo, le contraddizioni e gli umori che caratterizzeranno il dramma di questo imprevedibile scorcio di storia.

# STILI DEL KARATE

## *I principali stili del Karate*

In questo numero partiamo col descrivere in modo semplice quali sono gli stili di karate.

Karatemantova ASD pratica Shotokan Ryu, e per le gare anche qualche kata di Shito Ryu e Goju Ryu. ma ci sono altri stili ed in ogni stile si praticano kata diversi alcuni dei quali sono molto simili oppure si chiamano con lo stesso nome ma secondo le tradizioni sono eseguiti in modo diverso o con posizioni diverse. I principali sono 4 e solo i loro kata sono ammessi alle competizioni WKF mondiali.

- **Shotokan**, lo stile moderno più diffuso, fondato da Gichin Funakoshi (con significativi contributi tecnici del figlio Yoshitaka) intorno agli anni Quaranta.

Pur praticato in numerose varianti e da numerose scuole, con impostazioni tecniche piuttosto variegata, si caratterizza comunque per le posizioni tendenzialmente basse, stabili e forti (e quindi per una maggiore staticità rispetto ad altri stili).

Prevede competizioni sia di Kata sia di Kumite, queste normalmente con protezioni piuttosto limitate.

Il nome significa sala (kan) di Shoto (brezza nella pineta) pseudonimo con cui Funakoshi firmava i suoi componimenti poetici in stile cinese, secondo la tradizione colta dell'epoca.

- **Shitō-ryū**, stile moderno fondato dal maestro Kenwa Mabuni nel 1931.

Egli iniziò a studiare il Karate-Do all'età di 13 anni dal maestro Ankoh Itosu; all'età di 20 anni iniziò lo studio del Naha-Te con il maestro Higaonna. Kenwa Mabuni in seguito si unì alle forze di polizia e questo gli permise di viaggiare per tutta l'isola di Okinawa così da imparare nuove arti marziali classiche dell'isola.

Si trasferì ad Osaka nel 1929 dove aprì una propria palestra, decidendo in breve di insegnare la sua versione del Karate-Do. Mabuni incentrò il suo nuovo metodo di insegnamento su quanto appreso dai suoi due maestri più importanti: il maestro Kanryu Higashinna di Naha e Ankoh Itosu di Shuri; chiamò questo nuovo stile del Karate Shito Ryu dandogli le iniziali dei loro nomi, Higaonna e Itosu o, più semplicemente, scuola di Itosu e Higaonna.

Lo Shito Ryu è lo stile con il maggior numero di Kata.

- **Wado-ryu**, stile moderno che si basa sugli insegnamenti del maestro Hironori Otsuka, il quale fuse lo Shindo Yoshin Ryu JuJitsu con il karate di Okinawa e introdusse il moderno concetto di Kumite.

Wado Ryu letteralmente significa: "La scuola della Via della Pace".

Le posizioni sono molto alte e morbide, e si pone l'accento sulla velocità e la fluidità sia dei colpi che del corpo.

Il Wado Ryu, ad un contrasto cruento, preferisce utilizzare schivate e taisabaki per controllare e accompagnare il colpo dell'avversario così da sbilanciarlo e lasciarlo scoperto ad una serie di contrattacchi rapidi e dirompenti.

La sua caratteristica principale è inoltre il vasto bagaglio di Jujitsu per cui a tecniche di percussione si accompagnano proiezioni, leve articolari, strangolamenti e sbilanciamenti.

Predilige una distanza medio-corta.

- **Goju-Ryu**, stile antico tutt'oggi praticato ad Okinawa, tende a non discostarsi dallo stile codificato in origine.

Nasce dal Naha-te, il cui primo Maestro fu Kanrio Higahonna che visse per moltissimo tempo nel Fukien in Cina. A raccogliere l'eredità di Higaonna e fondare lo stile Goju-ryu fu il maestro Chojun Myagi.

Lo stile punta alla fusione di tecniche "dure" e di tecniche "morbide".

In occidente è praticato anche il Goju americano.

Altri stili minori sono Shorin Ryu, Kyokushinkai, Uechi Ryu, Sankukai, Shotokai, Tomari te.



*M. Davide Reggiani*



## Storia delle Arti Marziali di Okinawa



Le isole Okinawa (Okinawa Shotō) formano il gruppo principale dell'arcipelago giapponese delle Ryūkyū e comprendono l'omonima isola ed altre minori.

Nel XIV secolo, piccoli domini sparsi sull'Isola di Okinawa furono unificati in tre principati: Hokuzan (Montagna settentrionale), Chūzan (Montagna centrale) e Nanzan (Montagna meridionale).

Questo periodo fu chiamato dei Tre Regni o periodo Sanzan (Tre Montagne).

I tre principati, o federazioni tribali, iniziarono una guerra al fine di ottenere il potere sulle altre due.

Tra questi Chūzan ebbe la meglio e i suoi capi furono ufficialmente riconosciuti dalla Cina come re di diritto su quelli di Nanzan e di Hokuzan.

La Cina legittimò in tal modo le loro rivendicazioni.

L'ultimo re di Chūzan, Shō Hashi, conquistò Hokuzan nel 1416 e Nanzan nel 1429, unificando per la prima volta l'isola di Okinawa

nel Regno delle Ryūkyū.

Successivamente, per quasi duecento anni, durante il periodo conosciuto come età d'oro del commercio marittimo, il Regno delle Ryūkyū prosperò.

Fu essenziale per le attività marittime la continuazione dei rapporti tributari con la Cina della dinastia Ming, rapporti che ebbero inizio dal principato di Chūzan nel 1372.

Alla fine del XVI secolo, tuttavia, la prosperità commerciale e la fortuna economica del regno cominciarono ad arrestarsi e caddero in declino.

Intorno al 1590, il giapponese Toyotomi Hideyoshi, famoso samurai e daimyō del periodo Sengoku fondatore del Clan Toyotomi, pretese che il Regno delle Ryūkyū lo appoggiasse nella sua campagna per la conquista della Corea.

Poiché il Regno delle Ryūkyū era uno stato tributario della dinastia Ming, la richiesta fu rifiutata.

Lo shogunato Tokugawa (ovvero l'ultimo governo feudale del Giappone) che emerse dopo la caduta di Hideyoshi autorizzò la famiglia Shimazu del dominio di Satsuma ad inviare una forza armata in supporto alla spedizione per conquistare le Ryūkyū.

La successiva invasione del Regno delle Ryūkyū ebbe luogo nel 1609. L'occupazione fu abbastanza rapida, incontrando un minimo di resistenza armata.

Due anni dopo il Regno delle Ryūkyū ottenne una certa autonomia, ad eccezione di alcuni territori che rimasero sotto il controllo del dominio di Satsuma.

Il Regno delle Ryūkyū si trovò quindi in un periodo di "duplice subordinazione" al Giappone e alla Cina, nel quale le sue relazioni tributarie erano mantenute tanto con lo shogunato Tokugawa che con la corte cinese Ming. Dal momento in cui la Cina proibì il commercio con il Giappone, il dominio di Satsuma, con la benedizione dello shogunato Tokugawa, sfruttò le relazioni commerciali tradizionali del Regno delle Ryūkyū per continuare a mantenere relazioni commerciali con la Cina.

...continua

Fino al 1874, la dinastia delle Ryūkyū inviò alcune navi in Cina con delegazioni di nobili. Queste erano cariche di preziosi tributi per l'imperatore cinese. Per proteggere queste delegazioni dai wokou (pirati giapponesi), tra l'equipaggio vi erano addetti militari armati e allenati nelle arti marziali. Si pensa che una delle ragioni per cui le discipline marziali si svilupparono in un'isola piccola come Okinawa fosse stata proprio la necessità di proteggere questi invii di tributi.

Un'ulteriore spinta allo sviluppo delle arti marziali nell'isola venne da una piccola comunità costituita da alcune famiglie cinesi che, su richiesta diretta del re delle Ryūkyū, Sattō, si insediarono nel villaggio di Kume nel 1392.

Questi insegnarono il kenpo (arte marziale senz'armi) cinese agli abitanti del villaggio.

A partire poi dal XVII secolo diversi abitanti di Okinawa si recarono in Cina per intrattenere rapporti di tipo commerciale.

Alcuni di essi rimasero in Cina diversi anni e poterono studiare il kenpo cinese nelle scuole locali. Quest'arte marziale fu quindi introdotta a Okinawa dai cinesi stessi, a partire dall'era di re Sattō, e dagli okinawensi che ne studiarono l'arte in Cina.

Da questo scenario storico nacquero il Karate e il Kobudo di Okinawa.

Il Karate sviluppato e praticato nella regione di Shuri venne chiamato Shuri-te. Quello che si sviluppò nel centro commerciale di Naha fu chiamato Naha-te e infine quello che si sviluppò nella località di Tomari, situata tra Naha e Shuri, fu chiamato Tomari-te. In ciascuna regione esperti in tecniche di autodifesa svilupparono questa tradizione e la trasmisero ai loro discendenti verbalmente e segretamente, in quanto Karate e Kobudo erano proibiti dai nobili giapponesi.

Da quando Okinawa è stata ufficialmente dichiarata prefettura del Giappone nel 1879, nuove leggi hanno favorito la diffusione di queste discipline e il sistema di istruzione dell'era Meiji (1868-1912) ha inserito il Karate e il Kobudo come parte del programma di educazione fisica nelle scuole.

Da allora il Karate e il Kobudo sono stati dimostrati pubblicamente e durante l'era Taisho (1912-1926) sono stati introdotti nelle isole maggiori del Giappone.

Sarà proprio proprio durante l'era Showa (1926-1988) che si diffonderanno nel resto del mondo.



### COPRI-MASCHERINE o MASCHERINE in cotone personalizzate!

**COPRI-MASCHERINA** uno strato cotone da indossare sopra una mascherina medicale

o **MASCHERINA** doppio strato cotone con TNT interno

Realizzata a mano con possibilità di personalizzazione con stampa di loghi, disegni o scritte!

Lavabile (anche fino a 60°)

**NON certificata**



**Per privati, adulti e bambini  
aziende e attività commerciali**

**A ognuno quella che desidera! Tante stoffe e fantasie.. Per colorare le vostre giornate...  
Sono tutte fatte a mano, e completamente personalizzabili!  
Ditemi come vi piace e la creeremo insieme!**

Info e costi: [info@crikami.it](mailto:info@crikami.it)

Gichin Funakoshi comincia la sua carriera di karateka, sotto la guida di uno dei più illustri maestri del tempo: Ankō Azato.

La sua passione per il karate cominciò quando da piccolo, verso i 12 anni, andava spesso a giocare dal figlio più grande di Azato, e si stupì delle tecniche che il padre eseguiva in giardino.

L'allenamento con il maestro era sempre durissimo e molto spesso si svolgeva di notte, al solo chiarore di una lanterna.

Qui Azato insegnò a Funakoshi tutti i segreti del karate con grande rigidità.

I primi tempi Funakoshi doveva eseguire centinaia di volte il singolo kata o la singola tecnica, al fine di raggiungerne la perfezione.

Funakoshi imparò numerosi kata da Kenwa Mabuni e mandò lo stesso figlio Gigō a studiare dal fondatore dello Shito-Ryu.

Funakoshi era molto legato alle tradizioni tanto che, malgrado la situazione economica della famiglia, rinunciò a studiare medicina piuttosto che tagliare il ciuffo che portava, così come previsto dalle regole d'ammissione dell'accademia.

Cominciò così un lavoro da insegnante alla scuola di Okinawa, e continuò a farlo per oltre 30 anni.

Agli inizi del suo lavoro come insegnante, Funakoshi conobbe Anko Itosu, amico di Azato, che acconsentì ad insegnargli la pratica del karate, sempre sotto la guida di Azato.

Le idee dei due maestri erano però piuttosto diverse, così come lo erano al tempo quelle di tutti gli altri maestri.

Non esisteva infatti un sistema unificato di karate, e ognuno personalizzava lo stile in base alle proprie esigenze.



Nel 1921 il principe ereditario giapponese Hirohito, in viaggio verso l'Europa, decise di far visita al piccolo distretto di Okinawa.

Qui, durante la festa tenutasi per lui, incontrò Funakoshi che eseguì delle tecniche dimostrative.

L'anno dopo, a Kyōto, durante un'esposizione di arti marziali ed educazione fisica, Funakoshi fu mandato per rappresentare l'isola. Incontrò Kanō Jigorō che lo invitò a tenere una dimostrazione nel suo dojo a Tokyo.

Kano fu entusiasta dello stile mostratogli da Funakoshi, e rivestendo un'importante carica all'interno del ministero dell'educazione, lo invitò a rimanere per divulgare la sua arte.

Funakoshi decise quindi di rimanere a Tokyo per divulgare il karate.

I primi tempi risiedette in una piccola camera e fece il portinaio all'interno dello stesso palazzo.

Il palazzo in questione era in realtà un pensionato per studenti, e quindi le possibilità di trovare allievi erano molte di più.

Non riuscendo a vivere esclusivamente con lo stipendio di base, decise di chiedere in prestito una sala del palazzo inutilizzata e cominciare così i primi corsi di karate.

All'inizio gli studenti erano molto pochi, ma nel giro di 2-3 anni il numero aumentò considerevolmente, e si cominciarono a creare molti club di karate, soprattutto fra le università.

**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](mailto:info@carrozzeriavencato.it)

**Disbrigo pratiche assicurative**

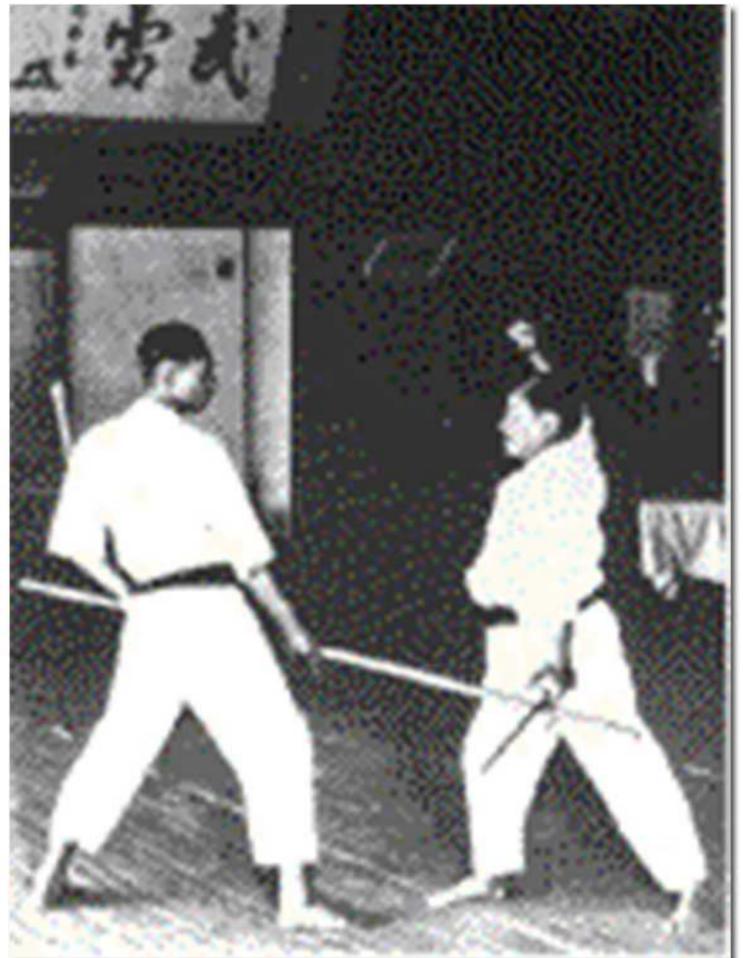
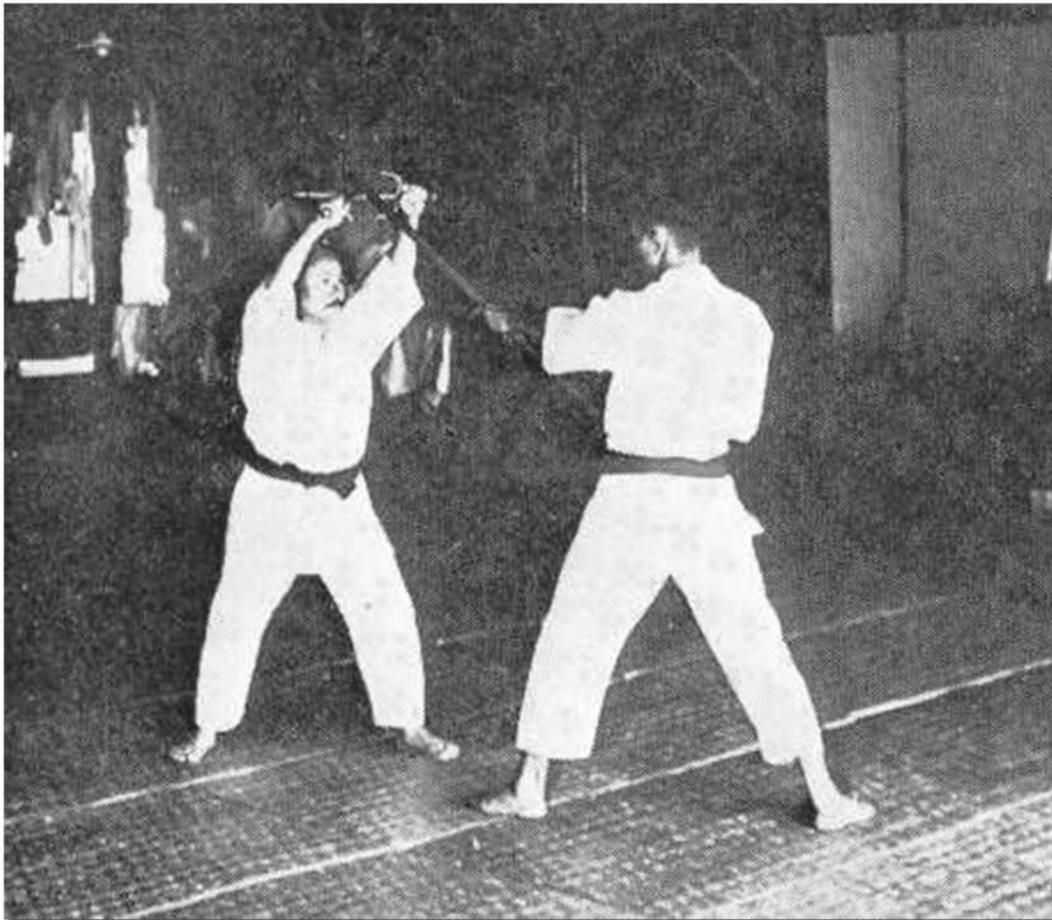


**Auto di cortesia per chi esegue lavori sulla vettura**

Lavaggio interni a vapore accurati  
Lavaggio auto con aspirazione  
Sostituzione lampadine  
Installazione pellicole oscuranti certificate e omologate  
Sostituzione e riparazione parabrezza a prezzi competitivi  
Installazioni 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

Nacque così il dojo Shotokan, costruito a Okinawa, che significa "la casa nel fruscio della pineta": Shoto era infatti uno pseudonimo usato da Funakoshi quando, da giovane, scriveva poesie. Il dojo verrà distrutto nel corso della seconda guerra mondiale, e molti allievi moriranno. Nel dopoguerra però, alcuni degli allievi sopravvissuti tornarono e ricostruirono il dojo, così che Funakoshi potesse ricominciare a insegnare. In quegli anni Funakoshi scrisse molti libri sulla filosofia del karate, ma il suo libro più importante sarà Karate jutsu. Dopo la morte della moglie, tornò a Tokyo all'età di 81 anni e scoprì che molti suoi allievi lo aspettavano per conferirgli la carica di presidente della Japan Karate Association: era il 1949. Agli inizi del 1951 però cominciarono a nascere le prime divergenze di opinioni all'interno della federazione e alcuni maestri la lasciarono. Il numero degli allievi continuò comunque ad aumentare. Gichin Funakoshi morì nell'aprile del 1957, all'età di 89 anni; sulla sua tomba fu scritto:  
"Il Karate non conosce primo attacco" (karate ni sente nashi).

Le rare foto in queste pagine, ritraggono il M° Funakoshi che praticava anche kobudo specialmente il bastone lungo BO e i Sai.



OTTICA

L'OCCHIAIALE

*di Sarzi Puttini Luca*

Via Giovanni Chiassi 72 - 46100 Mantova - Tel. +39 0376/323524 - E-mail [otticalocchiale@alice.it](mailto:otticalocchiale@alice.it)



**LAURA BOLETTI, DAVIDE REGGIANI, SIMONE REGGIANI, ZAIRA GEREVINI  
CON IL MAESTRO KENNETH FUNAKOSHI, NIPOTE DI GICHIN FUNAKOSHI.....  
ANNO 2007 STAGE A JESOLO LIDO**

**WOW AMICI,  
CHE ONORE PER  
I NOSTRI MAESTRI**



**la suoneria: registra - incontra - produci**  
organizzazione artistica - sala prove - meeting - recording studio  
via dei Toscani 36/C - 46100 - Mantova

...Uno spazio multifunzionale rivolto principalmente all'ambito musicale,  
ma in grado di offrire gli spazi per attività diversificate.

La sala principale di 50mq quadri, cablata in audio e video, wi-fi compreso,  
permette l'organizzazione di piccoli meeting - corsi e clinic, anche in streaming.

**ORGANIZZIAMO CONCERTI UNPLUGGED E RIPRESE AUDIO "LIVE"**  
contattateci per le nostre offerte e proposte.

<https://www.facebook.com/LSstudio>  
showtimeroad@gmail.com - 3488504770 - 3393116459

# I NOSTRI TROFEI



## *I trofei di Karatemantova*

Questa foto vi mostra la coppa che abbiamo vinto a Latisana, provincia di Udine, 16° campionato Nazionale nel 2018.

Nono titolo conquistato dalla Nostra Società!



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

tantissime proposte nella sezione HANDMADE!



[www.crikami.it](http://www.crikami.it) - [info@crikami.it](mailto:info@crikami.it)

**PREVENTIVI GRATUITI E SENZA IMPEGNO**

*realizza con me le tue idee...*



# LE AVVENTURE DI KAR-LOTTA

..FINALMENTE IN VACANZA

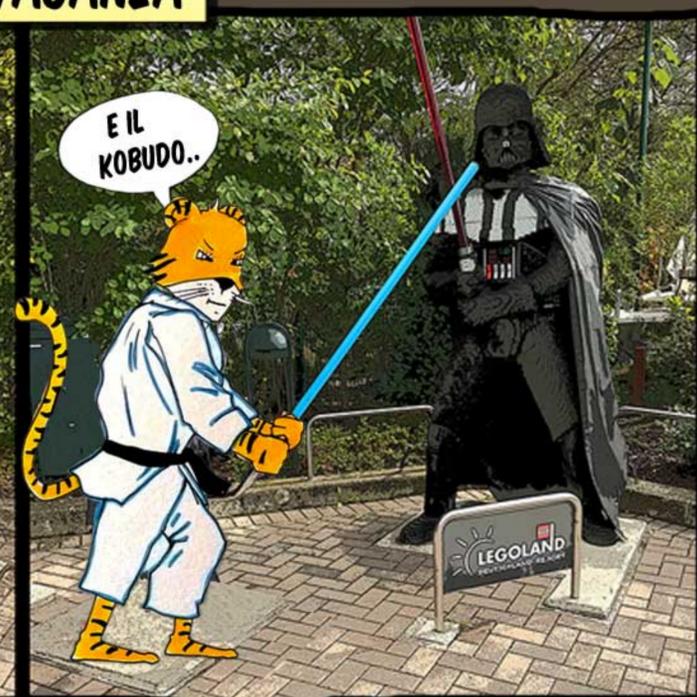


LA CITTÀ DEI MATTONCINI



NINJAGO CITY

MI ALLENO ANCHE IN VACANZA



IL MAESTRO YODA

IL LAGO DI MONTAGNA



UNA VACANZA FANTASTICA!  
UNA GRANDE AVVENTURA!!



# LEGO! CHE PASSIONE

**CIAO A TUTTI DA THOMAS!  
ORMAI MI SEMBRA DI VIVERE A NINJAGO CITY E OGGI CI  
FACCIAMO UN BEL GIRO SUL MAC DI COLE A CONTROLLARE  
LA CITTÀ.**



vi ricordo  
che potete  
inviarmi i vostri  
lavori

**SCRIVETE A: [kmmmagazine@gmail.com](mailto:kmmmagazine@gmail.com)**



**IL NOSTRO MAESTRO DAVIDE  
CI STUPISCE PORTANDOCI  
NEL MONDO DI STAR WARS  
CON UNA SUPER  
"MORTE NERA", QUANTI  
MATTONCINI!!!  
...E CON UN DROIDE  
DIRETTAMENTE DAL FILM  
"L'ASCESA DI SKYWALKER"**



**QUI INVECE VEDIAMO  
UNA NOSTRA AMICA  
DA ROVERETO:  
AURORA.  
IMMAGINO CHE AMI  
VIAGGIARE, HA  
UNA BELLISSIMA  
STATUA DELLA LIBERTÀ,  
GRAZIE MILLE PER  
AVERMI MANDATO  
LA TUA FOTO.**



**E CHE DIRE  
DI CHRISTIAN DA  
CARPENEDOLO:  
LEGOTECHNIC,  
UNA FIAMMANTE  
MACCHINA DA  
CORSA!  
GRANDE  
CHRISTIAN! MI  
RACCOMANDO,  
VAI PIANO PERÒ!**

# IL SALUTO DI HARALD FOLLADORI

Cari sportivi

È un grande piacere per me scrivere qualche parola sul vostro giornalino.

Tutti noi soffriamo ancora degli effetti collaterali di questa brutta pandemia, ci è permesso di fare il nostro sport solo in misura limitata e siamo costretti a cavarcela da soli.

Molti dei nostri membri hanno grossi problemi e sono insicuri.

Ma detto questo, sono molto orgoglioso di dire che ancora una volta la nostra famiglia di arti marziali WMAC si è comportata in modo esemplare e tutti noi abbiamo contribuito molto a superare questa crisi.

Soprattutto in questi tempi difficili, la lealtà e la coesione nella nostra associazione è molto importante.



Voi cari amici italiani siete stati in prima linea colpiti duramente di questa pandemia e avete mostrato al mondo quanto sia davvero pericolosa questa malattia... siete stati eroici ed esemplari! e per questo vi dico sinceramente GRAZIE.

Ora ricomincia una NUOVA Era... la normalità che conoscevamo cambierà, ma noi torneremo più forti e più uniti di prima per il nostro amato sport e per le persone che ci sostengono.

Non vedo l'ora, io come federazione ma soprattutto come atleta, di continuare il nostro cammino insieme e prometto di fare tutto il possibile a livello internazionale per rendere grande il WMAC ITALIA in futuro.

Lo avete già dimostrato partecipando ai 1° Pandemic Games di maggio e avete catapultato l'Italia al 3° posto nella classifica delle nazioni (12 nazioni).

Il WMAC Italia è inoltre sempre in stretto contatto dietro le quinte con la federazione mondiale e quindi seminari, corsi e tornei torneranno presto all'ordine del giorno.

Il mese prossimo, inizierà il 2° Pandemic Games virtuale a livello internazionale e presto ospiteremo un torneo internazionale a Wels (Austria) il 19 settembre 2020 e il primo gala professionale a Saale (Germania) sarà il 26 settembre 2020. Come momento clou dell'anno ospiteremo di nuovo la WORLDCUP a Bregenz a novembre e speriamo di poter dare presto il benvenuto ai voi amici italiani.

Naturalmente abbiamo i più alti standard di sicurezza ai nostri eventi, solo grazie a questo, gli eventi sono di nuovo possibili. Questo è esattamente ciò per cui ci battiamo... andare avanti, con sicurezza per il bene e la salute di tutti nostri amici sportivi. Personalmente auguro al WMAC Italia e a tutti gli amici una buona e sicura ripartenza con molto successo e salute.

Grazie Maestro Davide per questa opportunità.

Cordiali saluti, Harald Folladori



di REGGIANI CRISTINA

info@crikami.it - www.crikami.it

Tel. 3280120724

Via Terracini, 72 - Mantova (MN)



**RICAMI PERSONALIZZATI, STAMPE E GADGET**

## **Linkin Park:**

**un ricordo del grande Chester Bennington a quasi tre anni dalla sua scomparsa**



Quasi tre anni fa, precisamente il 20 Luglio 2017, se ne andava il frontman del gruppo statunitense dei Linkin Park. La depressione che da tempo lo affliggeva era diventata troppo grande e ingombrante da sostenere per lui, nonostante fosse circondato dall'affetto della famiglia e dei figli fu trovato senza vita dalla moglie impiccato nel bagno di casa. La sua scomparsa ha generato grandissima commozione tra i suoi colleghi, e da ogni parte del mondo ci sono state iniziative in suo ricordo e iniziative benefiche a suo nome. Sono stati organizzati concerti tributo e commemorazioni, e nel 2018 a un anno dalla sua scomparsa, i membri rimanenti del gruppo guidati dall'inseparabile amico e collega Mike Shinoda hanno scritto una lettera proprio dedicata a Chester che riporto qui integralmente tradotta:

*Caro Chester,*

*I nostri cuori sono spezzati. Le onde d'urto di dolore e di negazione stanno rimbombando nella nostra famiglia mentre noi cerchiamo di realizzare quello che è successo. Hai toccato molte vite, forse più di quante immaginassi. Negli ultimi giorni abbiamo assistito ad un mare di amore e sostegno, sia pubblico che privato, proveniente da tutto il mondo. Talinda e la famiglia lo apprezzano e vogliono che il mondo sappia che tu eri il miglior marito, il miglior figlio e il miglior padre: la famiglia non sarà mai più completa senza di te.*

*Parlando con te dei prossimi anni insieme, il tuo entusiasmo era contagioso. La tua assenza lascia un vuoto che non potrà mai essere colmato: una voce vivace, divertente, ambiziosa, creativa, gentile e generosa manca nella stanza. Stiamo cercando di ricordare a noi stessi che i demoni che ti hanno portato via da noi sono sempre stati parte del gioco. Dopotutto è stato il modo in cui tu hai cantato di quei demoni che ha fatto sì che tutti si innamorassero di te dal principio.*

*Coraggiosamente li hai mostrati e facendo ciò ci hai uniti e ci hai insegnato ad essere più umani. Avevi il cuore più grande e riuscivi ad aprirlo. Il nostro amore per la musica è inestinguibile. Mentre ancora non sappiamo quale strada potrà prendere il nostro futuro, sappiamo invece che hai migliorato ognuna delle nostre vite. Grazie per questo dono. Ti vogliamo bene e ci manchi così tanto.*

*Finché non ci rivedremo,  
L(inkin) P(ark)*

Con la morte di Chester se ne va un'epoca, che dagli anni Duemila ha visto nascere e diffondersi anche in Italia del genere Nu metal, sottogenere dell'heavy metal e in particolare dell'alternative metal, nato negli Stati Uniti a metà degli anni Novanta e compreso nel crossover.

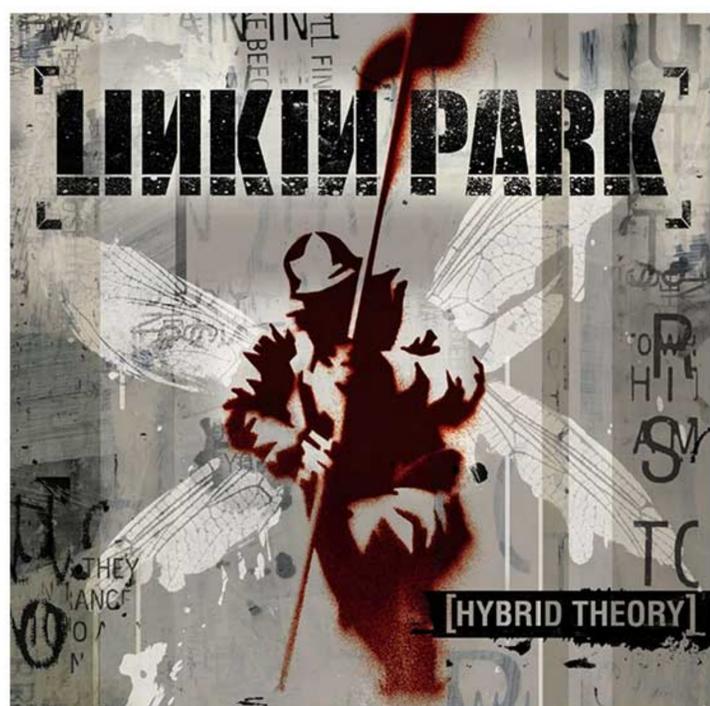
Il genere il Nu metal mescola elementi dell'heavy metal, soprattutto nella sua variante alternative, con quelli di altri generi musicali come rap, funk, industrial metal e post-grunge.

I Linkin Park si sono formati a Los Angeles nel 1996. La band era originariamente composta da Chester Bennington (voce), Mike Shinoda (voce, tastiera e chitarra), Brad Delson (chitarra), Phoenix (basso), Rob Bourdon (batteria) e Joe Hahn (giradischi, campionario), si tratta di uno dei gruppi di maggior successo commerciale degli anni 2000 e 2010, avendo venduto oltre 100 milioni di copie dei loro dischi nel mondo, di cui 70 per gli album. In carriera hanno vinto numerosi premi, tra cui due Grammy Award. Sono stati più volte disco d'oro e di platino negli Stati Uniti d'America, e il loro album d'esordio Hybrid Theory è stato insignito del disco di diamante nello stesso paese per aver venduto oltre 11 milioni di copie. Inoltre, sono stati nominati nel 2003 da MTV come sesto gruppo più grande di sempre.

Il loro ultimo concerto italiano al completo, prima della scomparsa di Chester, si è tenuto a Monza il 17 giugno 2017, nella tappa italiana del "One More Light European Tour".

La band avrebbe dovuto riprendere il tour negli Stati Uniti a Mansfield il 27 luglio seguente.

### Hybrid Theory dei Linkin Park, l'album più rappresentativo della storia del genere Nu metal



L'album più venduto della scena Nu metal, è stato proprio Hybrid Theory dei Linkin Park, con oltre 27 milioni di copie all'attivo.

Hybrid Theory è stato il primissimo album in studio del gruppo, il 24 ottobre 2000 dalla Warner Bros. Records. Ebbe un enorme successo in tutto il mondo, posizionandosi 78esimo nella classifica dei 100 album più venduti di sempre.

## PIZZERIA LA COLLINETTA



Ristorante Pizzeria  
*La Collinetta*

**Con ristorante - chiuso il lunedì**

10, v. S. Pertini  
Colle Aperto

**0376 40 86 87**

[iacollinettasrl@hotmail.it](mailto:iacollinettasrl@hotmail.it)  
[www.iacollinettamantova.it](http://www.iacollinettamantova.it)

Dall'album furono estratti quattro singoli. One Step Closer, la seconda traccia dell'album e il primo singolo, è caratterizzata da un'introduzione composta da riff di chitarra e percussioni elettroniche, che sfocia poi in un pezzo di chitarre pesanti e distorte e una batteria aggressiva.

È famosa per la famigerata frase "Shut up when I'm talking to you" ("Stai zitto quando ti parlo"), urlata da Chester nell'interludio della canzone, a sua volta accompagnato anche da alcuni scratch del DJ Joe Hahn. La canzone venne composta, secondo loro stesse dichiarazioni, come gesto di frustrazione per non aver ideato un testo decente per la sesta traccia Runaway. Il video musicale di One Step Closer, girato a Los Angeles, divenne subito molto famoso e nel periodo veniva continuamente trasmesso nella rotazione musicale di MTV. Nel video appare anche Scott Koziol, il quale registrò le linee di basso della canzone.

Il secondo singolo fu Crawling, il cui testo è incentrato sull'abuso sessuale subito da Bennington durante l'adolescenza – la violenza fisica, la difficoltà di dirlo a qualcuno, e la conseguente perdita di autostima. Tutto ciò è confermato nel video musicale, in cui una ragazza (interpretata dalla modella Katelyn Rosaasen) viene mostrata all'inizio del video con molti lividi e segni di violenza.

Papercut, il terzo singolo, parla della paranoia. Il video musicale fu diretto da Hahn e da Nathan "Karma" Cox, e mostra la band eseguire il brano all'interno di un salone elegante vicino a una stanza buia, sulle pareti della quale sono scritte le parole della canzone.

Nel video sono presenti anche elementi soprannaturali e inquietanti, realizzati con gli effetti speciali, come ad esempio l'allungamento delle dita di Shinoda e lo scioglimento della faccia di Rob Bourdon.

Il quarto e ultimo singolo estratto dall'album è In the End, caratterizzato da un riff di pianoforte ideato da Shinoda.

Il video musicale venne girato nelle varie pause durante l'Ozzfest del 2001, e diretto anch'esso da Cox ed Hahn. Lo sfondo è stato filmato nel deserto della California, ma i ciak veri e propri hanno avuto luogo in uno studio, che permise ad Hahn e Cox di installare dei tubi d'acqua sul soffitto.

Lo scopo che avevano era quello di inzuppare la band nella scena finale. Il video per In the End fu premiato come miglior video rock agli MTV Video Music Awards del 2002.

Un'altra bellissima canzone pubblicata è stata Points of Authority, la quale non uscì mai come singolo. Tuttavia, è stato girato un videoclip che riuniva riprese da alcuni concerti del gruppo con alcune scene di backstage tratte dal DVD Frat Party at the Pankake Festival. Bourdon, circa la composizione del brano, dichiarò: "Brad scrisse questi riff di chitarra, poi tornò a casa. Mike decise di dividerli in diverse parti e riarrangiarli al computer." Riguardo alla canzone, Delson elogiò l'abilità di Shinoda, descrivendolo come "un genio del livello di Trent Reznor."

La musica di Hybrid Theory è il risultato dell'unione di molti stili e ispirazioni differenti.

Si tratta di un miscuglio di sonorità differenti tutte perfettamente incastonate tra di loro. Il cantato di Chester è influenzato da Depeche Mode e Stone Temple Pilots, nonostante i riff e la tecnica del chitarrista Brad Delson siano più ispirati a Deftones, Guns N' Roses, Smiths e U2. Il rapping di Mike Shinoda, presente in ben sette tracce, si rifà molto ai The Roots. Come già accennato, i testi parlano dei problemi con cui Bennington ha dovuto fare i conti durante l'infanzia e l'adolescenza: violenze, eccessi, il divorzio dei suoi genitori, l'isolamento, delusioni e fallite relazioni sociali.



## **AUTOFFICINA VECCHI MASSIMO**



- **AUTORIZZATA ALFA ROMEO**
- **CENTRO REVISIONI**
- **SERVIZIO PNEUMATICI**

Via Barchetto, 6 - ROVERBELLA (MN)  
Tel. 0376 **694010** - [autoff.vecchi@libero.it](mailto:autoff.vecchi@libero.it)



# KARATEMANTOVA MAGAZINE



**CARI AMICI,  
IL NOSTRO MAGAZINE NON  
VA IN VACANZA....  
IN AGOSTO USCIREMO CON TANTE  
STORIE NUOVE E AVREMO IL  
MESSAGGIO DEL GRANDE  
LUCA VALDESI....  
..E NON SOLO...**

**Karatemantova Magazine - anno 1° Nr.2 - luglio 2020**

*redazione e impaginazione:* **Vittorio Magro**

*disegni:* **Luca Scappi, Cristina Reggiani**

*rubriche:* **Davide Reggiani, Simone Reggiani, Luca Scappi,  
Thomas Magro, Andrea Fracassi**