



NOTIZIE DAL DOJO



KARATEMANTOVA MAGAZINE

NINO TAMMACCARO



A SCUOLA CON CRISTINA & ILARIA

IN QUESTO NUMERO:
- LE ULTIME NOVITÀ SULLA RIFORMA DELLO SPORT
- DUE NUOVE RUBRICHE:

GIOCHI DA TAVOLO

PARLIAMO DI VIDEOGAMES

STORIA DEL CSI

IL BATTODO

FANTASMI DAL GIAPPONE





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...



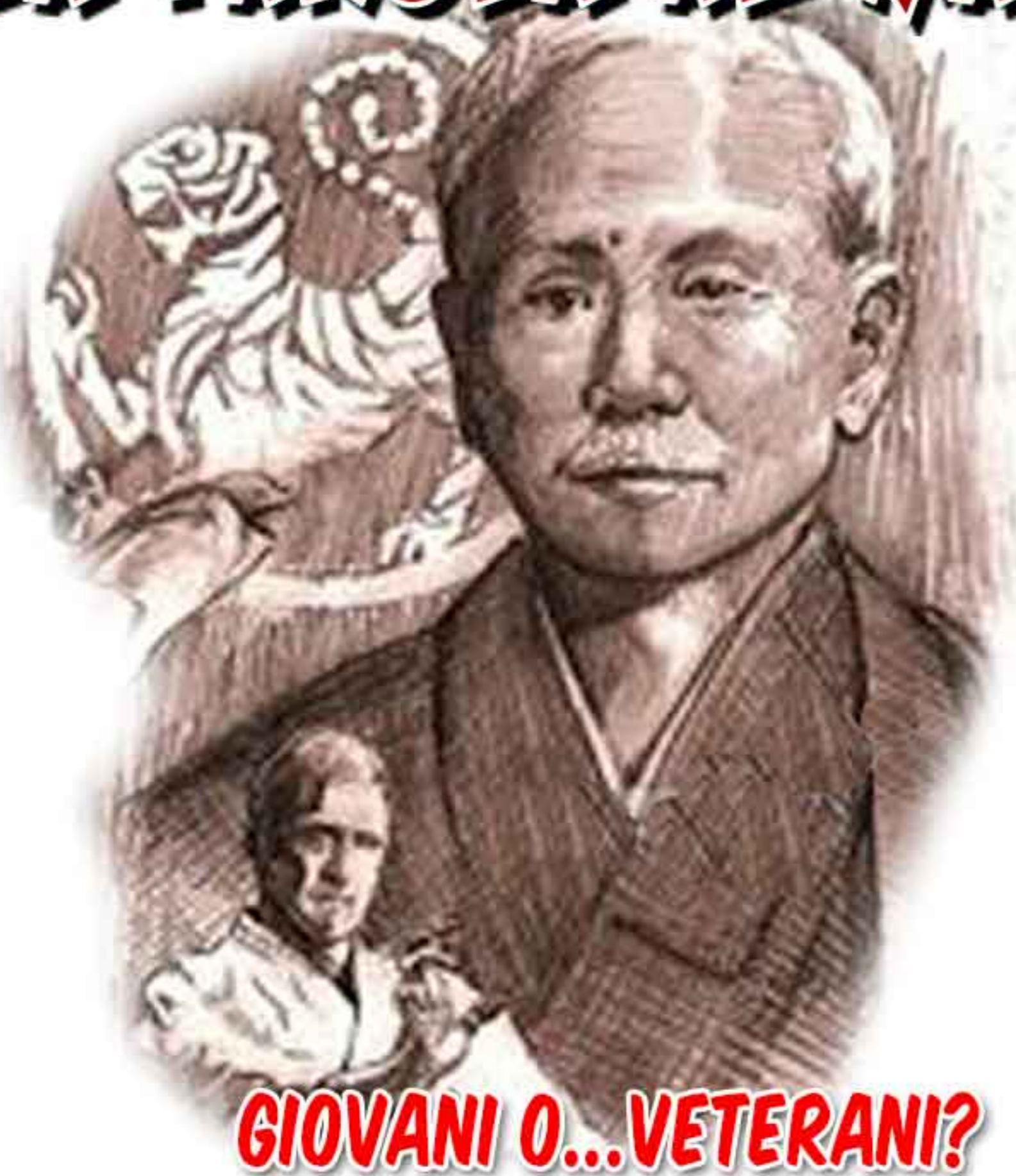
Tante idee uniche
per tutti!

segui Crikami sui social
per rimanere aggiornato!



LA PAROLA AL MAESTRO:

del M° Davide Reggiani



GIOVANI O...VETERANI?

Dalla mia esperienza che ormai si avvia ai 40 anni di attività nel settore delle Arti marziali, più volte per dialoghi o per pensieri personali, mi viene in mente una domanda:

ma è meglio avere collaboratori giovani o persone di esperienza?

Difficile la risposta.

Da un punto di vista, la qualità di insegnamento è dettata dall'esperienza ma c'è un...ma!

Portare avanti una Società Sportiva come ad esempio Karatemantova, non è semplice.

Noi abbiamo molti collaboratori giovani, che hanno molte iniziative, aspirazioni, entusiasmo, voglia di fare e imparare.

Seguono anche ragazzi loro coetanei con molta passione e si immedesimano più facilmente con gli allievi.

Chi ha molta esperienza dall'altra parte può trasmettere di più la tecnica e la conoscenza alzando il livello in modo globale.

La formazione poi fa la sua parte; una volta era molto più scarna dal punto di vista della psicologia, delle tematiche metodologiche, nei modi fisiologici e posturali, nonché sul piano medico.

L'istruttore giovane è più plasmabile con i metodi moderni, vedi anche l'utilizzo dei Mental Coach.

Credo fermamente che un giovane istruttore possa arrivare più in fretta ad essere un ottimo insegnante rispetto anche a quindici anni fa.

Quindi ben vengano le giovani leve ma sicuramente non possiamo che "collaborare" con i Maestri di un tempo che a livello esperienziale hanno un sacco di cose da insegnare.

In definitiva credo che servano entrambe le figure in una realtà frequentata da giovani allievi e anche da amatori con qualche anno in più.

E' il mio compito saper dosare entusiasmo ed esperienza nei giusti rapporti.

Per ultima cosa gli Istruttori devono vivere insieme ai ragazzi nelle vicende agonistiche ed anche nelle esperienze dei campus o trasferte perchè è solo vivendo e condividendo assieme che si capisce come crescere.

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





SOMMARIO

PAROLA AL MAESTRO.....PAG. 3

STORIA DI KARATEMANTOVA.....PAG. 5

NINO TAMMACCARO.....PAG. 6

IL MAHJONG.....PAG. 8

KOBUDO - DI SIMONE REGGIANI.....PAG. 9

L'ANGOLO DELLA KATANA.....PAG. 11

STORIA DEL CSI - 3^ PUNTATA.....PAG. 13

BUONE NOTIZIE - 2^ INCONTRO CON LA MENTAL COACH.....PAG. 14

KARATEKA.IT - IL KATA - 1^ PUNTATA.....PAG. 15

LA RIFORMA DELLO SPORT.....PAG. 17

MOSTRA FANTASMI.....PAG. 18

FOTO RICORDI/TROFEI.....PAG. 20

LEGO, CHE PASSIONE.....PAG. 21

LE AVVENTURE DI KARLOTTA.....PAG. 22

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA.....PAG. 23

CONSIGLI DI LETTURA.....PAG. 26

FILM - MULAN.....PAG. 27

PARLIAMO DI VIDEOGAMES.....PAG. 28

CORSI.....PAG. 29

PROSSIMI APPUNTAMENTI.....PAG. 30

IL MAHJONG



**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, scatenate la vostra fantasia...

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



STORIA DI KARATEMANTOVA



Stage Shihan Ali Azizi 6° Dan et de Shihan Davide Reggiani 6° Dan



Liège, Belgique 09 /08/2014

Nel corso degli anni siamo andati varie volte in Belgio.

Le immagini ripropongono uno stage con anche atleti diversamente abili tenuto dai maestri Davide Reggiani e Ali Azizi a Blegny, Liegi nel 2014.

Un grazie ancora oggi al maestro Franck Dubois che ha reso possibile anche questo evento!



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>

NINO TAMMACCARO

IL GUERRIERO INCONSUETO

Conobbi il M° Nino Tammaccaro in occasione della mia preparazione al 3° Dan e mi stavo avvicinando al ruolo e qualifica di maestro.

Eravamo allora con il gruppo del M° Pajello Pierluigi che volle per vari stage il M° Tammaccaro nel mantovano e a Carpenedolo.

Andai a prelevarlo all'Hotel Cristallo di Cerese di Virgilio insieme al suo braccio destro M° Franco Prunas.

Lo posso definire un vero combattente, un grande cultore del kumite come si faceva alle origini del karate.

Feci a Soave di Porto Mantovano un esame duro ma il M° Tammaccaro, un vero "signore" mai mi toccò.

Poi un aneddoto simpatico a Cesenatico ad uno stage di un Ente di Promozione Sportiva.

Dopo 2 ore di kata ci fu l'avvicendamento con il M° Tammaccaro che ci disse: "ok ragazzi ora andiamo a far karate!" Ci propose anche lui 2 kata ma visti sotto un punto di vista completamente diverso: il kata Empi contro il kata Bassai Sho in una sorta di bunkai complesso.

Sicuramente fu uno dei Maestri che mi formò...

(Da un articolo di Samurai)

Era stato tra i primi a cogliere il fascino avvincente del karate come lo proponeva, fuori dagli schemi risaputi di una marzialità esoterica, il maestro Hiroshi Shirai, arrivato senza clamori ma con un ferreo e ragionato programma di proselitismo e diffusione della disciplina.

Esuberante, spontaneo, irruente, bizzarro ed imprevedibile, Nino Tammaccaro aveva scoperto nel karate la possibilità di esprimersi secondo schemi gestuali che

corrispondevano perfettamente alla sua personalità.

Perché il maestro Shirai, pur nel rispetto del rigore tecnico più intransigente non proponeva un karate mistico ed impenetrabile come i maestri che lo avevano preceduto con apparizioni saltuarie.

Voleva, prima di tutto, atleti vigorosi e tenaci che sapessero esprimere anche fisicamente i significati concreti di certi valori che una mitologia deviante relegava nella mistica sfera dello spirito.

Non fu difficile per Nino inserirsi nel gruppo ristretto dei fedelissimi del maestro: di coloro, cioè, che riuscivano a rappresentarne visivamente il messaggio nel modo più aderente alla sua verità.

C'era un limite in loro ed era quello di essere fatalmente la fotocopia, nel senso più ampio del termine di chi li addestrava.

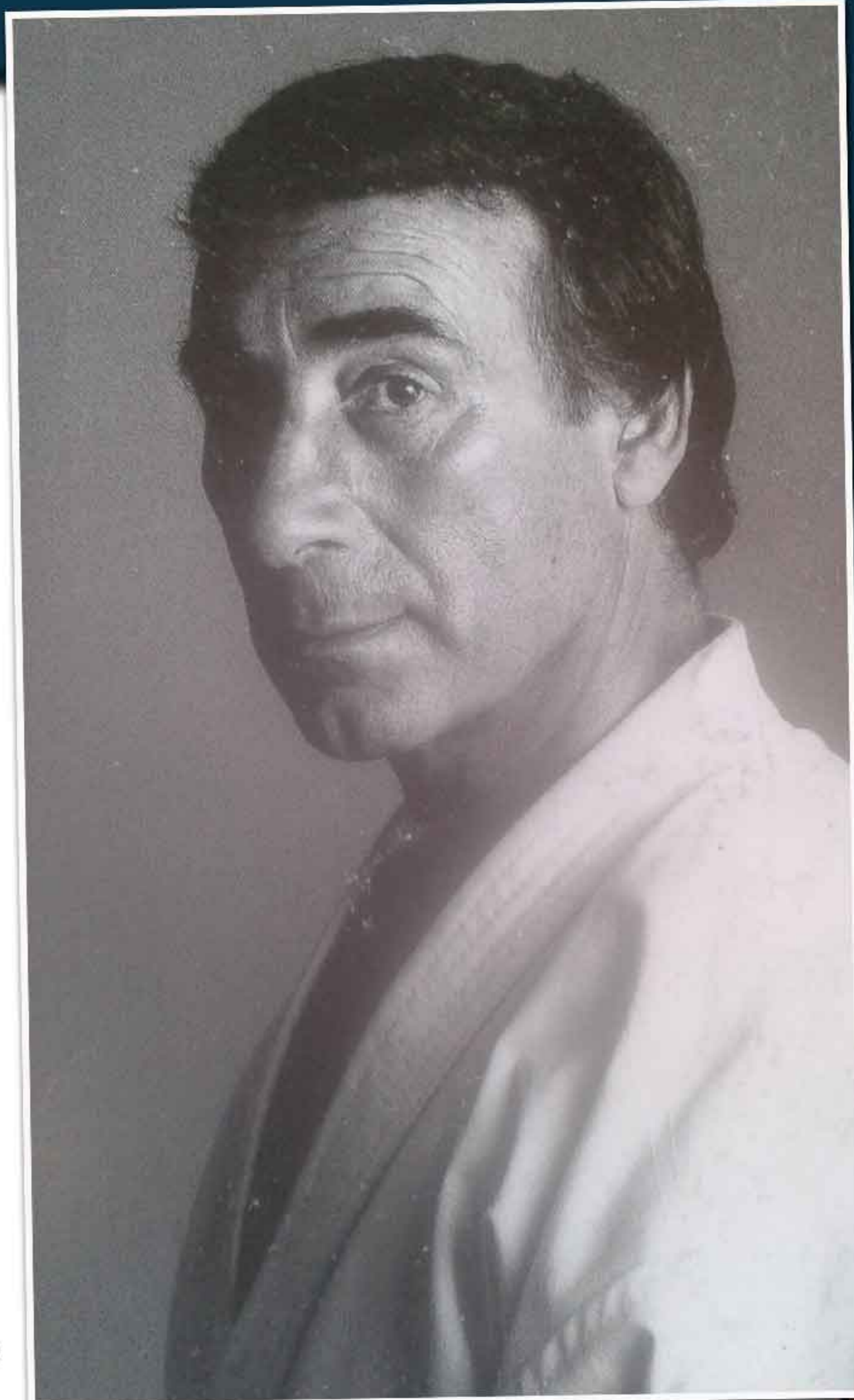
Anche perché avevano acquisito il fondamentale principio marziale della disciplina in forza del quale l'insegnamento non ammette deviazioni o correzioni operative.

Un concetto che urtava fatalmente con l'esuberanza caratteriale di Nino Tammaccaro abituato ad esprimersi senza mediazioni, seguendo le umoralità del suo istinto per certi versi simpaticamente animalesco.

E questo lo metteva in una posizione anomala nei confronti della testuggine pretoriana degli adepti che, al pari del maestro, accettava spesso con malcelata insofferenza le iniziative del solista.

Perché proprio tale finiva per essere questo gladiatore irruente che, pur apprezzando le interiorità filosofiche della gestualità, finiva sempre per dare più spazio agli aspetti esteriori della disciplina.

Per un destino singolare, Nino Tammaccaro fu sempre quello che seppe sacrificarsi con impegno fisico più elevato.



Nessuna fatica lo spaventava ma quello che maggiormente lo realizzava era la spettacolarità dell'esibizione dove poteva esprimersi compiutamente la creatività della sua fantasia gratificata dall'applauso degli ammiratori.

Anche nelle competizioni, Nino rinunciò sempre per vocazione alle strategie, ai tatticismi, alla ricerca della tecnica preziosa e rifinita: sarebbe stata per lui una mortificazione insopportabile.

Vinse raramente anche per questo ma la generosità dei suoi combattimenti gli guadagnò la simpatia e l'ammirazione di uno stuolo di fedelissimi conquistati proprio dal fascino dell'eroe perdente al quale va il premio della nobiltà della sconfitta.

Furono quelli che lo seguirono quando, per primo, seppe affrancarsi dalla magnetica personalità del Maestro Shirai rifiutandosi di seguirlo nella nuova compagna federale quando le ragioni della politica imposero lo scioglimento della struttura organizzativa originaria.

E Nino Tammaccaro divenne il corifeo dell'autodifesa di cui rimane l'interprete più originale seguendo schemi assolutamente al di fuori di quelli codificati.

Si può dire, magari forzando enfaticamente le cose, che Nino Tammaccaro è il fondatore, il caposcuola, dell'autodifesa sportiva in opposizione a quella tradizionale.

L'incisività estemporanea del comando rispetto alle tattiche ragionate dell'esercito regolare.

Questa è la caratteristica primigenia di uno dei protagonisti più apprezzati della breve ma intensa storia del karate italiano di cui ha scritto qualche pagina ruvida: coraggiosamente.



MAH JONG



Il gioco nacque in Cina prima del XX secolo. Il Mah Jong potrebbe derivare da un gioco di carte, il Mádiao (馬吊) (anche detto Ma Tiae, letteralmente "cavallo appeso" o Yèzí, 葉子, letteralmente "foglia") conosciuto fin dall'inizio della dinastia Ming. Il Mádiao si giocava con 40 carte simili a quelle dello «Ya Pei» (altro gioco cinese). Le 40 carte erano numerate da 1 a 9 in quattro diversi semi, più 4 carte speciali dette "fiori", il che ricorda molto da vicino la composizione

dell'insieme di tessere del Mah Jong. Non esiste un'ipotesi unica circa l'inventore del gioco.

Esistono tre ipotesi: fu creato da ufficiali dell'esercito cinese, per passare il tempo, durante la Ribellione di Tai Ping (1851-1864); o da un nobile di Shanghai fra il 1870 e il 1875. Un'altra teoria attribuisce il gioco a due fratelli di Ningbo attorno al 1850.

Il Mah Jong (dal cinese 麻将 o 麻雀), scritto talvolta anche mahjong, májiàng, ma-chiang e secondo altre trascrizioni simili, è un gioco da tavolo per quattro giocatori, nato in Cina probabilmente nel XIX secolo, e oggi molto diffuso anche nel resto del mondo, soprattutto Stati Uniti e Giappone. In Italia si è diffuso inizialmente soprattutto a Ravenna e nella provincia, dove è colloquialmente chiamato magiò, ma ha preso piede anche a Milano, Firenze, Venezia, Udine, Bologna e altri luoghi. Il nome significa "uccello di canapa" o "sparviero di canapa".

Si tratta di un gioco di combinazioni (coppie, tris e scale), che presenta alcune analogie con giochi di carte occidentali, come ramino o scala quaranta. Scopo del gioco è, per ogni giocatore, creare combinazioni con tutte le proprie tessere: il primo che ci riesce vince. Si contano poi i punti (il vincitore ha un punteggio maggiorato) e dopo un certo numero di partite vince chi ha fatto più punti (non chi ha vinto più mani).

La composizione dell'insieme di tessere utilizzate, e le regole di attribuzione dei punti, variano leggermente a seconda della regione. I concetti fondamentali del gioco rimangono sostanzialmente gli stessi in tutte le varianti; le differenze più notevoli si rilevano tra i Mah Jong asiatici e il cosiddetto Mah Jong americano, generalmente scritto mahjongg.

Nel gennaio del 1998 la Commissione Statale degli Sport della Cina riconobbe ufficialmente il Mah Jong, decretandolo 255° sport nazionale. Il «Regolamento Internazionale Ufficiale» per questo nuovo sport fu definito nel settembre dello stesso anno. La stesura di un regolamento unico comportò notevoli difficoltà.

Infatti, a causa della vastità della Cina, ogni città (Pechino, Tianjin, Qingdao, Shanghai, Ningbo, Canton ecc.) aveva delle regole particolari che distinguevano il "suo" Mah Jong dagli altri.

Non è da confondere con l'omonimo solitario, che utilizza le stesse tessere ma segue regole differenti.



CHINALI901

bici e riparazioni dal 1901

Via Aldo Moro n.3 | Mantova

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





SHINKO MATAYOSHI

L'ALBA DEL KOBUDO

Shinko Matayoshi (1888–1947 , Matayoshi Shinkō) è stato uno dei più noti Maestri di Okinawa Kobudo Matayoshi Kobudo .

Shinko Matayoshi nasce nel 1888 nella città di Naha, da una famiglia di "shizoku" (nobili), nel quartiere di Kakinohana e cresce nel villaggio di Shinbaru a Chatan, dove la sua famiglia è conosciuta per i suoi esperimenti nella coltivazione della canna da zucchero.

Studia il bo, l'eku, il kama ed il sai con i Maestri Chokuho Agha (Gushikawa Terasho), Ryuko Shiishi, Yamani Chinen ed il padre Shinchin, ed il tunkuwa e nunchaku nel quartiere di Nozato con il Maestro Matsutaro (Ogii) Irei [e con l'allievo anziano di Matsutaro Ire, Jitude Moshigawa Ire].

Intraprese un viaggio verso il 1911 per ampliare le sue conoscenze marziali a Nord verso Hokkaido, attraversandolo in direzione dell'isola Sakhalin, ed in

Manciuria ove apprende l'equitazione, il Shuriken-jutsu e l'uso del lazzo "Nagenawa-jutsu" da alcune tribù nomadi [banditi ?].

Studia il tinbei, il suruchin ed il nunti a Shangai con il Maestro Koronushi Kin (Kingai) e sempre qui inizia lo studio dell'agopuntura e della terapia cinese (medicina erboristica) [e di una forma di boxe il "kingai-noon" che sembra fosse una variante del "Paihao-k'iuian" o Boxe della Gru Bianca.

Durante la sua permanenza a Shangai, pare che Matayoshi si sia messo in contatto con la famosa Associazione Jin(g) Wu (chiamata anche "Qing Mo") che aveva basato la sua reputazione sul famoso "Tigre dalla faccia giovane", Huo Yuanjia (1862-1909) che morì avvelenato per mano di un lottatore giapponese che lo aveva sfidato. Studia inoltre lo Shorin-Kenpo nella regione cinese del Fukien.

Nel 1915 nel tempio di Shinto a Tokio, durante la commemorazione dell'imperatore Meiji, Gichin Funakoshi presenta per la prima volta il Karate Shotokan e Shinko Matayoshi il tunkuwa-jutsu ed il kama-jutsu.

Nel 1921 durante la cerimonia di benvenuto per l'arrivo in Okinawa del principe ereditario Hiroito, futuro imperatore Showa, Chojun Miyagi dimostra il Goju-Ryu e Shinko Matayoshi il Kobudo.

Nel 1935 rientra definitivamente dai suoi viaggi e si stabilisce a Naha ove si spegne nel 1947 all'età di 59 anni.

又吉古武道



Matayoshi Shinko



Matayoshi Shinpo

光道館



Gakiya Yoshiaki

沖古同練会



NEIL STOLSMARK

YOSEI YOGI

沖繩



独国





KARATEMANTOVA KOBUDO

info:
info@karatemantova.it
tel. 338 5775667

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

**LA VOCE DELLO SPORT
PER TUTTI**

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



Il Megafono
05
SETTEMBRE/OTTOBRE 2013 ... PER DAR VOCE A CHI HA POCA VOCE

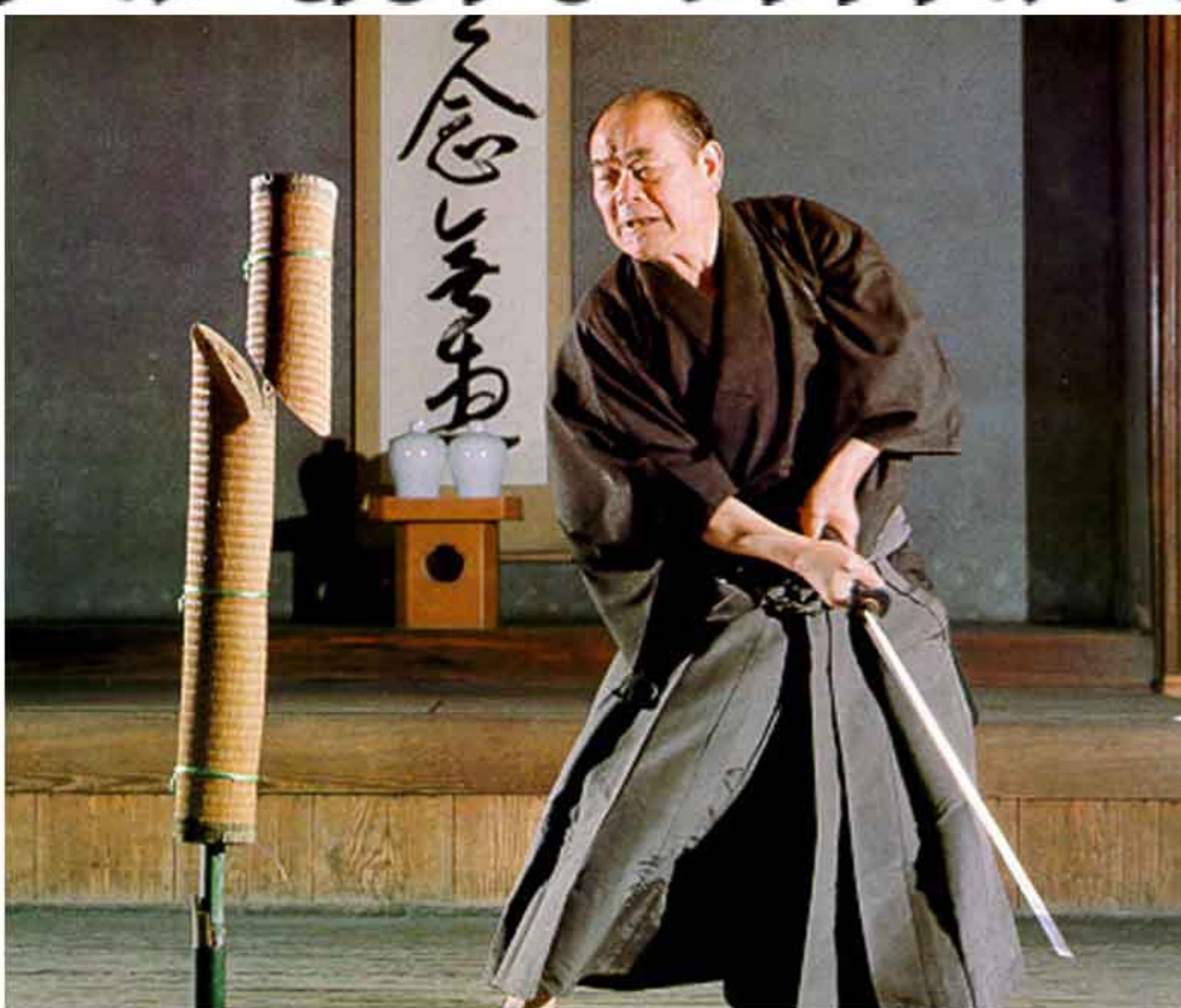
www.ilmegafonocarpenedolo.it
redazione@ilmegafonocarpenedolo.it

IL BATTODO

In questa disciplina la pratica dello laido tradizionale si evolve focalizzando l'arte di combattere con la spada attraverso lo studio dei punti vulnerabili di un guerriero armato e delle tecniche per penetrarli.

La pratica è individuale ed è condotta attraverso lo studio di forme prestabilite (kata) che si eseguono con una katana affilata (per questo sono ammessi ai corsi di Battodo soltanto gli allievi avanzati di laido).

L'allievo arriva gradualmente, attraverso l'apprendimento delle varie forme e delle tecniche di taglio, a confrontarsi con "avversari" reali anche se rappresentati da fasci di paglia o canne di bambù di vario diametro.



Oltre al suo aspetto altamente filosofico e tradizionale, serve ad affinare la consapevolezza spaziale, il tempismo ed il controllo.

Fra le arti marziali giapponesi, è quello che trae le proprie origini direttamente dall'antica tradizione guerriera dei Samurai, da cui proviene l'applicazione delle tecniche di taglio, tramandate nel tempo e codificate dalla *Japan Battodo Renmei*.

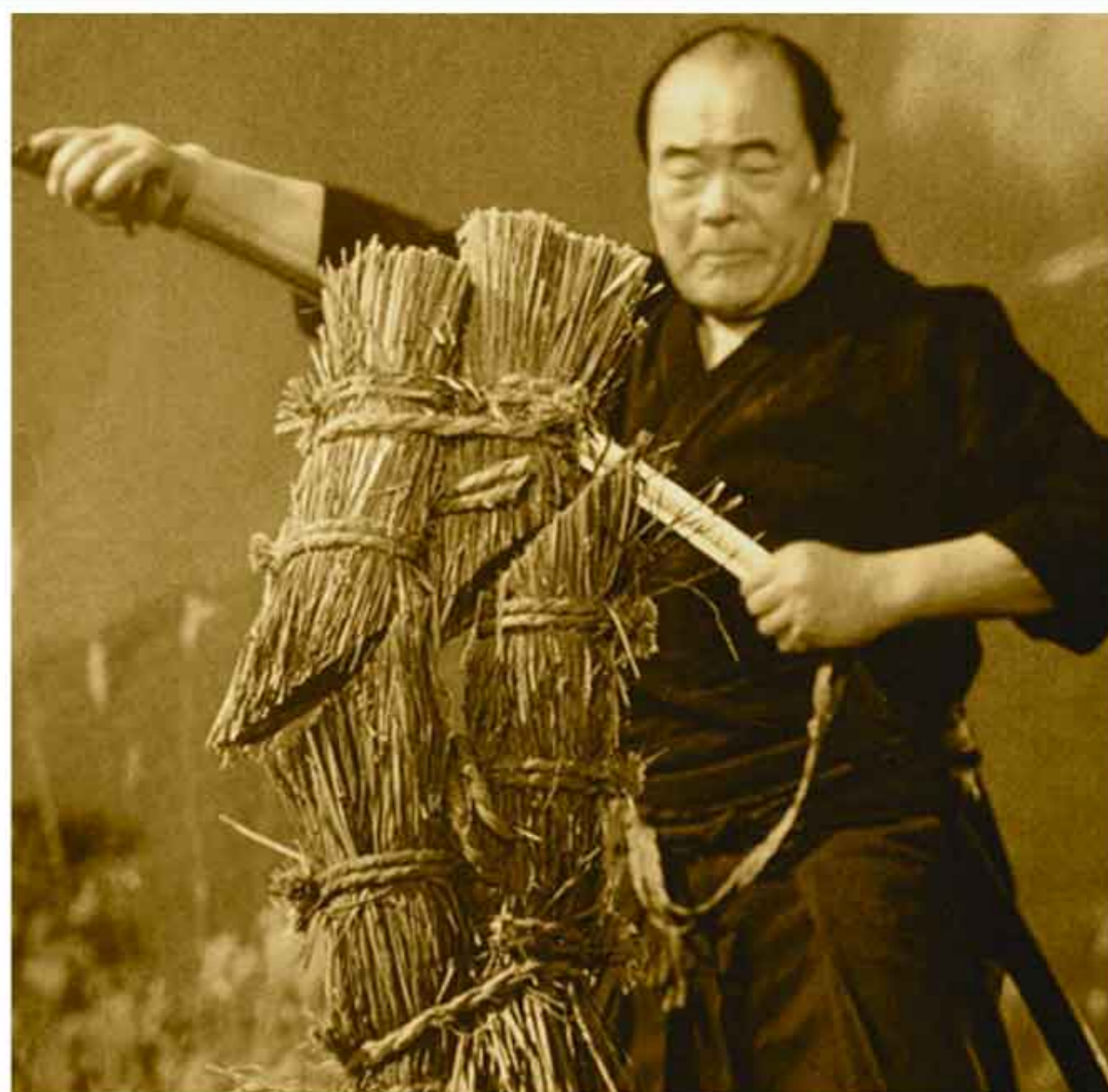
Ogni spada, per tradizione, era ed è tuttora forgiata dopo un lungo periodo di preparazione da parte del forgiatore e dei suoi assistenti che praticavano meditazione, abluzioni e purificazione.

Il minerale e la limatura di ferro utilizzati per forgiare una spada giapponese erano assai eterogenei, era perciò obbligatorio per il forgiatore di provare ogni lama, rappresentazione di tutto il suo sapere e della sua reputazione.

Subito prima dello stadio finale di pulitura, il forgiatore poteva provarla se ne aveva l'abitudine e la capacità, o chiedere ad un Samurai (spesso uno dei suoi committenti) di farlo.

Un colpo o due ad un fascio di paglia arrotolata e bagnata era sufficiente a verificare la solidità della lama e l'efficacia della pulitura-affilatura.





居合道

antica arte dello laido - Info: M° Davide Reggiani +39 338 5775667

TATTOO YOU

Vnguyen

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





LE DONNE E LO SPORT: LA REALTÀ DELLA F.A.R.I.

Nel 1944 la Gioventù femminile di Azione cattolica costituisce la Federazione attività ricreative italiane (F.A.R.I.), ideale prosecuzione della tradizione di "Forza e Grazia", inserendosi in un settore che, per quanto riguarda il mondo femminile, ha precedenti piuttosto deboli. Gli scopi dell'associazione sono:

«a) promuovere la costituzione di gruppi desiderosi di

svolgere attività ricreativa e federarli al Comitato nazionale; b) sviluppare l'attività dei gruppi federati offrendo ad essi l'opportunità di procurarsi mezzi adatti alla formazione tecnica e spirituale delle dirigenti, istruttrici, aderenti; interessando enti competenti per ottenere un adeguato perfezionamento dell'attrezzatura tecnica; svolgendo un'efficace azione presso le autorità competenti perché siano rispettati i presupposti morali e igienici dello sport femminile riguardo alle manifestazioni ed alle singole partecipanti; coordinare l'attività dei gruppi federati in rispondenza alle esigenze ricreative e sportive proprie della Federazione».

L'associazione stipula una convenzione speciale con il Centro Sportivo Italiano, che garantisce una più solida assistenza tecnica. Lo sviluppo della FARI, nonostante l'ampliamento progressivo dei campi di interesse, risulta, comunque, faticoso: nel 1955 raccoglie l'esiguo numero di 1.500 atlete.

L'associazione si interessa della promozione dello sport nella scuola, organizzando nel 1962 i criterium studenteschi femminili. Alla fine degli anni Sessanta,

in parallelo al CSI, matura progressivamente una riflessione critica sulla natura organizzativa e conseguentemente sul significato dello sport come fattore educativo e sociale. Questo processo conduce la FARI, sotto la presidenza di Grazia Fuccaro, a mutare profondamente la struttura e la proposta educativa, pur restando nel solco dell'ispirazione cristiana.



PIO XII, IL "PAPA DEGLI SPORTIVI"



Se Gedda è lo stratega della organizzazione cattolica dello sport, è tuttavia Papa Pio XII che ne definisce gli obiettivi ideali, i principi educativi, le finalità morali. È stato scritto che Pio XII "ultimo Papa d'una chiesa ierocratica in una visione simbolica post conciliare, è

invece tra i primi, forse il primo, pienamente inserito in una società di massa" e che "ebbe il senso vivissimo dei mezzi di comunicazione di massa, cogliendone il potere reale e dedicando ad essi grande cura".

Anzi si può affermare che Papa Pacelli fece degli strumenti di comunicazione di massa uno dei mezzi privilegiati per l'instaurazione di quella *societas christiana* che costituì uno dei tratti più significativi del suo pontificato. E certamente lo sport rientrava fra gli strumenti di comunicazione di massa. Non a caso, nei suoi vari discorsi il riferimento allo sport è frequente e sicuramente per assiduità non ha precedenti coi suoi predecessori. Ad ulteriore conferma dell'interesse di Pio XII in materia di sport resta anche tutta una serie di significativi episodi che inauguravano uno stile del tutto nuovo. Nel 1946 riceveva, ad esempio, ed era la prima volta nella sua trentennale storia, la carovana del Giro d'Italia, secondo una consuetudine che si sarebbe negli anni ripetuta. Un episodio significativo dell'attenzione pacelliana allo sport si ha nella pubblica menzione che Pio XII fece di Gino Bartali in un discorso ufficiale. Il 7 settembre 1947, dinanzi agli Uomini di Azione Cattolica in piazza San Pietro, così si esprimeva "Il tempo della riflessione e dei progetti è passata. È l'ora dell'azione. La dura gara di cui parla San Paolo è in corso. Siate pronti. È l'ora dello sforzo intenso. Anche pochi istanti possono decidere la vittoria. Guardate il vostro Gino Bartali, membro dell'Azione Cattolica: egli ha più volte guadagnato l'ambita maglia. Correte anche voi in questo campionato ideale, in modo da conquistare una ben più nobile palma". **CONTINUA...**

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

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
Installazione pellicole oscuranti certificate e omologate
Sostituzione e riparazione parabrezza
a prezzi competitivi
Installazioni ganci da traino
Rigenerazione fari automobilisti 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

BUONE NOTIZIE



TU CHIAMALE SE VUOI..EMOZIONI

Quanto possono influire le nostre emozioni sui nostri comportamenti, le nostre reazioni e le nostre scelte? Ma... le sappiamo riconoscere e distinguere le emozioni? Sappiamo collocarle? Come possono influenzare anche le prestazioni nelle gare... ma anche nella vita e nelle relazioni che creiamo?

Tanti, tantissimi stimoli e riflessioni con un bel gruppo di atleti e atlete tra i 15 e i 21 anni con cui si è avviato un percorso di affiancamento e supporto sulla gestione delle emozioni nell'autunno scorso. Sono atleti del gruppo Karatemantova di Mantova e A.S.D Jesus Accademia 2 di Lonigo, con i quali insieme ci si confronta per aiutarli a gestire meglio le emozioni prima, durante e successivamente alle gare. La Dottoressa Jessica Alberti sta facendo un ottimo lavoro con un bel gruppo, un bel lavoro di squadra con i loro allenatori e la voglia di offrire ai ragazzi e ragazze l'opportunità di confrontarsi e conoscersi meglio. Sicuramente un aiuto in più a livello di Mental Coach non può che dare benefici a questi ragazzi che già dopo il primo incontro hanno avuto migliori prestazioni e un migliore modo di concentrarsi prima della gara. Un lavoro certamente che deve continuare e nonostante molte difficoltà si vuole espandere anche con il gruppo dei dodicenni e tredicenni in un futuro molto vicino.

Gli incontri si svolgono nelle sede CSI di Via Cremona sempre disponibile per questa tipologia di lavoro pre e post sportivo. *Informazioni 338 5775667 M° Davide Reggiani*





Articolo pubblicato per gentile concessione del sito:

<https://www.facebook.com/karateka.it>



PRIMA PUNTATA

Il Kata è un elemento iconico del Karate, sia per rappresentazione sia per storia.

La sua polivalenza nell'allenamento del Karate e la grandissima attenzione ai dettagli necessaria per la sua esecuzione, lo rendono marziale nell'accezione più metodica del termine. Non esiste Karateka che non abbia

praticato il Kata, vediamo quindi insieme cos'è il Kata e quanti sono i Kata nel Karate.

COSA VUOL DIRE KATA NEL KARATE

IL TERMINE KATA È COMPOSTO DAL KANJI 型 O 形, E VIENE TRADOTTO COME FORMA, MODELLO, TIPO, MOTIVO.

型

型 - 形 kata

Forma

Modello

Tipo

Motivo

È proprio il significato di forma, modello, che rende l'idea del Kata. Dallo stesso modello o dalla stessa forma (pensiamo ad uno stampo) nascono copie identiche. Quindi Kata è un modello di gesti che ripetuti come sono stati ideati permette la replica del gesto iniziale (originale). Di conseguenza la pratica permette la trasmissione di un gesto o di una tattica o strategia attraverso l'esecuzione ripetuta come nel modello originale (kata).

COSA SONO I KATA DEL KARATE

Il Kata è un sistema di allenamento utilizzato nelle arti

marziali orientali, dove una sequenza di tecniche codificate, sono concatenate con specifici spostamenti, posizioni, ritmo e significato. È come recitare un componimento poetico con il corpo, dove al posto delle parole ci sono le mosse, da portare con una certa intonazione e scandite in un certo modo.

Troppo spesso ti sentirai dire che il Kata è un combattimento immaginario e di conseguenza verrai introdotto al suo significato, il bunkai. Ripercorrendo però la sua storia, il sistema Kata nasce con uno scopo, varia evolvendosi in altro e si trasforma per molte delle scuole di Karate moderne.

IL KATA COME TRASMISSIONE TECNICA

Il Kata era utilizzato in origine per racchiudere in una forma pratica (non scritta) una serie di principi e tecniche utili al combattimento reale.

Le tecniche sono parte del bagaglio contenuto nel Karate, ma spesso è esatto anche l'opposto: alcune tecniche fanno parte del Karate perché sono contenute in un Kata. Mi spiego meglio.

Probabilmente alcuni Kata sono stati appresi da maestri che poi li hanno diffusi a prescindere dal proprio metodo, scuola o stile di Karate. Questo ha comportato l'esistenza di alcune tecniche "uniche" in certi Kata, che poi non si ritrovano in nessun altro Kata dello stile o scuola. Ciò non tanto perché siano tecniche difficili o misteriose, quanto piuttosto perché introdotte probabilmente da un sistema stilistico diverso e quindi avulse dal contesto. Sono sempre un po' stupito quando penso a questa cosa! Vedere delle tecniche introdotte come uniche e solo all'interno di un singolo Kata, non lo trovo molto utile. Ma torniamo a noi.

Alcuni Kata sono quindi davvero una raccolta di gesti tecnici, spostamenti e tattiche tipiche delle scuole ma altri sono decisamente dei contenuti extra e poco omogenei.

Molti dei Kata studiati e praticati oggi sono una rivisitazione degli originali. Alcuni aspetti tecnici sono stati modificati, e per questo non di rado i contenuti non trovano riscontro con le applicazioni o il significato originale.

Inoltre, l'introduzione dell'embusen aveva già portato ad alcune modifiche dei Kata, visto il suo scopo di permettere al Karateka di praticare in spazi stretti, facendo coincidere il punto d'inizio con il punto di fine.

Nel momento in cui i Kata sono stati utilizzati per trasmettere il Karate alle masse, nelle scuole, ai bambini, ragazzi, sono stati ripuliti con una sorta di censura del "crudele" e funzionale metodo di difesa presente nel To-de – nome primordiale di quello che sarà poi Karate.

I Kata sono stati resti un esercizio fisico con contenuti tecnici di un'arte marziale.

Un'ulteriore trasformazione si ebbe quando il Kata è diventato un gesto sportivo da sottoporre a un regolamento e un giudizio. Alcuni aspetti hanno prevalso su altri, a volte in evoluzione altre in involuzione dell'originale. Basti pensare alla funzionalità di un salto e al suo valore atletico ed estetico delle competizioni.

QUANDO NASCE IL KATA?

Difficile da definire una data di nascita del metodo di allenamento chiamato Kata.

Ogni insieme di movimenti composti da più di un singolo gesto concatenato al fine di renderne uno schema ripetibile e trasmissibile, può definirsi un Kata. Sicuramente i samurai allenavano l'arte della spada attraverso dei Kata.

Anche in occidente, sotto altro nome, da tempo esistono i Kata. Pensiamo a un ballo: non è forse una forma che trasmessa viene replicata da anni? Oppure, rimanendo in ambito marziale, gli eserciti utilizzano sistemi codificati di movimento delle truppe così da trasmettere spostamenti funzionali al combattimento ed alla sua strategia militare.

I Kata del karate sono uno degli elementi fondamentali della pratica e da quando si parla di Karate (o prima di To-de) si parla di Kata.

Uno dei primi testi di arti marziali, il Bubishi, del quale non conosciamo né autore né data di pubblicazione, contiene 48 schemi di autodifesa che possiamo ritrovare all'interno di molti Kata. È possibile che molti Kata abbiano preso spunto da questi principi.

A COSA SERVE IL KATA

Il Kata serve per trasmettere dei contenuti del Karate in modo pratico, senza tramando scritto (o foto o video). Il sistema di trasmettere dei contenuti utili alla difesa da parte di un aggressore prende forma con dei gesti al vuoto che ne simulano la realtà.

Consideriamo anche che le lezioni di To-de e le prime di Karate non erano per le grandi masse ma uno-due allievi che praticavano come discepoli del Maestro.

Quale migliore esercizio se non quello di trasmettere le conoscenze del combattimento attraverso dei gesti a vuoto allenabili anche in solitudine?

Oggi **l'esecuzione del Kata ha valore storico-culturale** e, perché no, come allenamento alla forma intesa come contenuto tecnico dei gesti che ripetuti migliorano la qualità, la precisione e la componente atletica.

Sinceramente, se vuoi migliorare **la componente applicativa (quindi la difesa personale) avrà poco senso dedicarsi esclusivamente all'esecuzione del Kata.**

Ma il significato contenuto nel Kata può essere appreso dapprima individualmente, curandone alcuni aspetti più tecnici e qualitativi, e dopo nel lavoro a coppie, ai colpitori o con situazioni maggiormente reali per svilupparne l'efficacia.

Nella Prossima puntata conosceremo tutti i kata dei vari stili....



PNEUS MANTOVA snc

di **GASTALDI GIORGIO & CLAUDIO**

Driver.
Pneumatici & Assistenza

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

NOVITÀ DEL 2023



RIFORMA DELLO SPORT

Il settore si prepara a cambiamenti importanti e che riguarderanno numerosi aspetti organizzativi e amministrativi. L'ultimo aggiornamento risale proprio al mese di novembre, quando è stato pubblicato in Gazzetta Ufficiale il DI numero 163 del 2022.

Attraverso questo passaggio sono state attuate le nuove modifiche integrative al precedente decreto legge. Tutto ciò, con l'obiettivo di ridefinire attraverso una disciplina rinnovata e attuale i rapporti di lavoro del settore, nonché i compensi garantiti agli sportivi. In aggiunta, sono presenti anche nuovi canoni e aree tematiche. Con la pubblicazione del nuovo decreto legge sono stati modificati alcuni elementi della riforma, nonché aggiunti dettagli importanti rispetto al decreto di ampia portata risalente al 2021.

In realtà, il nuovo intervento del legislatore rappresenta una vera e propria riforma integrativa che prende le proprie basi dal lavoro precedente.

Tra le novità più importanti ci sono i nuovi interventi in ambito previdenziale.

Nell'area dilettantistica i compensi sportivi risulteranno infatti assoggettati all'obbligo di contribuzione una volta superata la soglia di 5mila euro lorde annue. Cambia anche la soglia di esenzione dalla tassazione reddituale, che passerà da 10mila a 15mila euro l'anno.

La nuova riforma delinea anche la distinzione tra due diverse figure di collaborazione del settore, che potranno assumere ruoli alternativi. Troviamo infatti il volontario, che potrà percepire solamente rimborsi spese (come avviene nel terzo settore). Oppure il lavoratore sportivo.

Quest'ultimo potrà risultare un atleta, allenatore, istruttore, direttore tecnico, direttore sportivo, preparatore atletico o tecnico amministrativo. Sono contemplate anche altre figure che potranno essere assunte tramite contratto co.co.co. oppure con altre modalità di natura subordinata.

A tutti i lavoratori sportivi si applicherà la disciplina ordinaria non solo in termini previdenziali, ma anche di tutela della malattia, dell'infortunio, della gravidanza, della maternità o genitorialità. Sono previste anche le tutele contro la disoccupazione involontaria, sulla base di quanto previsto dalla normativa giuridica.

Queste in breve le principali novità che verranno introdotte dal 1 luglio 2023 grazie allo slittamento dell'entrata in vigore della legge. ***Al di là di una ovvia e giustificata tutela del lavoro sportivo, crediamo che la normativa sia scritta essenzialmente per le sale fitness e le piscine ma non certo per tutte quelle piccole realtà sportive denominate attualmente ASD che si occupano di sport di base magari occupando spazi pubblici come le palestre delle scuole o gli oratori.***

Confidiamo in una semplificazione della materia e della legge come stanno richiedendo le Federazioni e gli Enti di Promozione da una parte che tuteli chi fino ad oggi ha lavorato nelle palestre senza tutele anche per più di 8 ore al giorno, dall'altra che faciliti la possibilità di fare sport e di seguire bambini e ragazzi a livello di base da parte di volontari, pensionati o semplici appassionati. Incrociamo le dita!



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

STORIE DI FANTASMI DEL GIAPPONE

Vittorio e Thomas Magro

Una Leggenda Giapponese racconta che in un luogo non precisato, esiste un ponte rosso che congiunge il mondo dei vivi con il mondo dei morti... per attraversarlo ci vuole un "lasciapassare" che non a tutti è concesso, poi bisogna prestare molta attenzione, non è un posto semplice l'aldilà, e la raccomandazione è di seguire delle piccole creature sovranaturali che ti guideranno lungo il percorso che devi intraprendere...non bisogna perderli di vista, il rischio di smarrirsi è molto alto e da lì, tornare indietro, non è poi così semplice.

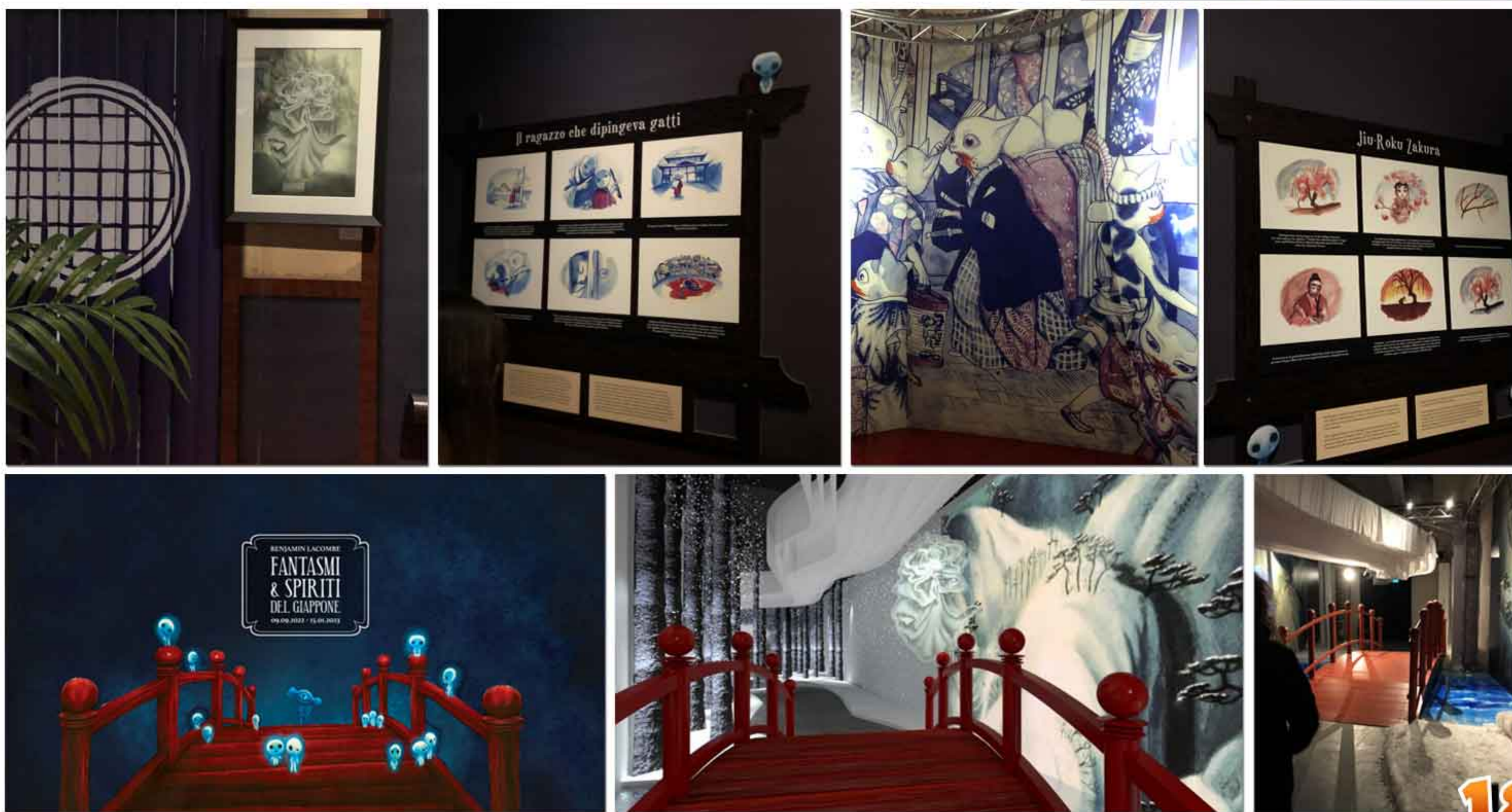
"FANTASMI E SPIRITI DEL GIAPPONE - DON'T CROSS THE RED BRIDGE" un'esperienza unica, grazie a un percorso multisensoriale gli spiriti e le creature del Giappone prendono vita. Un viaggio denso di folklore nipponico ispirato alle leggende della tradizione trascritte da Lafcadio Hearn e raccontate visivamente da Benjamin Lacombe il cui inconfondibile tratto dà vita ai celebri yokai, creature sovranaturali che possono assumere le sembianze e i caratteri più diversi, dal kappa alla donna senza faccia, passando per le kitsune e i kodama. Espressione dell'animismo giapponese, in Occidente vengono identificati come "mostri" o "fantasmi", ma sfuggono in realtà a qualsiasi definizione.

Martedì 27 Dicembre ci siamo recati a Milano al TENOHA Exhibition Center, in zona Porta Genova, un vero e proprio tuffo nel mondo del Sol Levante, delle sue leggende, dello shopping e anche della sua cucina.

Lo scorso Natale avevamo comperato il libro "Storie di fantasmi del Giappone" e non pensavamo proprio, un giorno, di poterlo vedere coi nostri occhi raccontato in 3D. Bellissima esperienza, vi consigliamo di comprare il libro e, se amate il Giappone e le sue leggende, vi garantiamo che sarà una full immersion incredibile.

All'inizio siamo stati accolti da una ragazza in kimono con un forte accento giapponese, che ci ha consegnato il "lasciapassare" per l'aldilà facendoci molte raccomandazioni, "state attenti, seguite i Kodama", piccoli fantasmini guida "e se avete paura...tenetivi stretti"...

Man mano che si attraversavano le porte ci si immergeva nelle varie leggende, "Il ragazzo che dipingeva gatti", "Jiu-Roku Zakura", "Kappa",



“La storia di Ito Norisuke” e via via fino alla fine del Libro. Possiamo garantire che ogni porta si apriva su un mondo fantastico, una visione delle storie ricca ed emozionante. Come la stanza del rito della katana dove ci si inginocchiava, si recitava una poesia per gli abitanti dell’aldilà e magicamente sbocciavano i ciliegi e tutto si colorava di rosa, “adesso tutto è perfetto”, viene in mente proprio la scena finale de “L’Ultimo Samurai”...



Il percorso è terminato con una lunghissima fila di Torii, i portali sacri, un chiaro segno del ritorno nel mondo dei vivi, ma prima di uscire abbiamo avuto l’occasione di vedere i disegni originali di *Benjamin Lacombe* che, soprattutto per chi ama l’arte figurativa, sono incredibilmente belli, vivi e dai colori intensi. Anche questo è un modo per viaggiare, un grande autore di disegni, una mostra semplice ma emozionante dove si respira tutta la profonda tradizione del Giappone.



E per non farsi mancare nulla una puntatina allo shop non potevamo proprio



non farla. All’interno di questo polo espositivo infatti c’è anche un negozio che vende oggetti originali, soprattutto libri di ogni genere, qualche soprammobile, liquori, una buona scelta di sake corredati da ogni tipo di bicchiere, sottobicchiere e stuoio per servirlo. Poi tanti Daruma, bambole votive derivanti dallo Zen, simbolo di ottimismo, costanza e forte determinazione, i Maneki Neko, i famosi gatti portafortuna e naturalmente portachiavi, cartoline e disegni di ogni tipo.

La degna conclusione della giornata non poteva che essere al “Tenhoa & Ramen” il ristorante della struttura, specializzato in Ramen di ogni tipo e addirittura con un Menù che richiama i personaggi dei Manga e delle Anime.

Arrivederci al prossimo viaggio.



idroterm
serre

progettazione e costruzione di

serre impianti **AGRICOLTURA 4.0**

www.idrotermserre.com - Via Europa, 45 - 46047 Porto Mantovano (MN) - ITALY - Tel +39 0376 397034

FOTO/RICORDI



APRILE 1999 CON IL MAESTRO PIELUIGI PAJELLO

I NOSTRI TROFEEI

2012
CAMPIONATO
INTERREGIONALE
DI VERONA
PRIMI CLASSIFICATI



OTTICA
L'OCCHIAIALE

di Sarzi Puttini Luca

LEGO! CHE PASSIONE

di Thomas Magro

Chi di voi non ha mai visto un cartone animato o un film di Asterix??

Questo Set racconta una storia... Una spia romana, Bondus, viene inviata nella foresta vicino al villaggio di Asterix e Obelix. Il soldato deve catturare il druido Panoramix. Perché la pozione del druido rende invisibili i Galli. Il vecchio e saggio Panoramix si reca spesso nella foresta per trovare alcuni ingredienti per la pozione magica. In particolare, è interessato a trovare il vischio. Potete aiutare Asterix e Obelix a evitare che Panoramix venga catturato?



FONTE: <https://ideas.lego.com/projects/>

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



GRANDE ALEXANDER!
IL NOSTRO "SUPEREROE" CI MOSTRA UN BELLISSIMO SET DI UNO SPIDERMAN PRONTO PER LA BATTAGLIA! SUPER!



ED ECCO I NOSTRI NUOVI AMICI ENEA E FEDERICO! MA CHE IDEA BELLISSIMA!!

....E CHE FANTASIA! HANNO COSTRUITO UNA GRANDE CITTÀ DI LEGO, CHISSÀ SE C'È ANCHE LA PALESTRA DI KARATE?? BRAVISSIMI!!



LE AVVENTURE DI KAR-LOTTA

storyboard Davide Reggiani
disegni Carola Malgioglio

KAR-LOTTA E IL KATA A SQUADRA



A SCUOLA CON KARATE MANTOVA

di Ilaria Truzzi e Cristina Reggiani



IL MITO DELLA CREAZIONE - NASCITA DEL GIAPPONE

Abbiamo parlato nello scorso numero di Amaterasu, dea del Sole, la più importante sovrana nella religione shintoista. Dovete sapere che Amaterasu aveva due fratelli: Susanoo e Tsukuyomi, che vedremo più tardi. Ma da dove arrivano queste divinità così importanti? Facciamo un piccolo passo indietro e vediamo il mito della creazione secondo la religione shintoista.

Le prime divinità esistenti diedero alla luce due esseri divini: **Izanagi**, l'essenza maschile e **Izanami**, l'essenza femminile. A questi due Kami venne affidato il compito di creare la terra. Così le due divinità, Izanagi e Izanami, andarono al ponte (Amenouhashi) che collegava il cielo con la terra e grazie all'aiuto di Amanuhoko, un'alabarda speciale, mescolarono il mare: da ciò emerse l'isola di Onogoro. Izanagi e Izanami scesero dal cielo e vennero a dimorare su questa isola. Rimasero lì per molto tempo ed ebbero due figli: Hiruko e Awashima.

Questi ultimi però erano deboli e malformati e perciò non vennero considerati divinità. Così Izanagi e Izanami li misero in una barca e li lasciarono andare in mare aperto sperando che gli altri dei li potessero perdonare per quel gesto così orribile. I figli erano venuti deboli perchè durante una cerimonia prima del concepimento le due divinità avrebbero dovuto girare attorno a dei pilastri sacri e poi salutarsi ma fu Izanami a salutare per prima Izanagi e non viceversa come doveva avvenire.

Perciò rifecero nuovamente la cerimonia e dalla loro unione stavolta nacquero le Oyashima, cioè le otto isole del Giappone:

- Awazi
- Iyo
- Ogi
- Kyushu
- Iki
- Tsushima
- Sado
- Honshu



(mancano Hokkaido e Okinawa che nell'antichità non esistevano ancora).

In seguito vennero generate altre divinità: l'ultimo nato fu Kagutsuchi, incarnazione del fuoco.

Alla morte di Izanami, morta dopo aver dato alla luce Kagutsuchi, Izanagi intraprese un viaggio verso **Yomi**, "terra degli spiriti" per cercare Izanami e riportarla nel mondo dei vivi. Cercò di riportarla indietro ma senza alcun risultato.

Al suo ritorno sulla terra Izanagi cercò di purificarsi ma mentre si svestiva e si toglieva tutti gli indumenti e ornamenti si accorse che ogni oggetto che gettava a terra si trasformava in una nuova divinità.

Gli dei più importanti però nacquero quando Izanagi si lavò la faccia:

Amaterasu

(incarnazione del Sole)

Tsukiyomi

(incarnazione della Luna)

Susanoo

(incarnazione del Vento e della Tempesta).

Izanagi divise il mondo fra loro tre:

ad **Amaterasu** toccò governare il Cielo, a **Tsukiyomi** la notte e la luna e a **Susanoo** i mari e le acque.



TSUKUYOMI

Tsukuyomi, anche noto come **Tsukuyomi-no-mikoto** è il dio della Luna nello Shintoismo e nella mitologia giapponese.

Dopo essersi arrampicato su una scala celestiale, Tsukuyomi visse nel paradiso, noto anche come Takamagahara, con sua sorella Amaterasu, la dea del Sole.

Tsukuyomi fece però infuriare Amaterasu quando uccise Uke-Mochi, la dea del cibo.

Un giorno, Amaterasu mandò Tsukuyomi a rappresentarla a un banchetto organizzato da **Uke Mochi**.

La divinità creò il cibo girandosi verso l'oceano e sputando un pesce, poi si girò verso la foresta e uscì selvaggina dal suo sedere, infine si girò verso una risaia e sputò una ciotola di riso.

Tsukuyomi era così disgustato dalla cosa che, anche se tutto sembrava squisito, questo pranzo era stato realizzato in una maniera disgustosa, quindi la uccise.

Presto, Amaterasu venne a sapere cosa era successo, ed era così arrabbiata che si rifiutò per sempre di vedere Tsukuyomi, trasferendosi in un'altra parte del cielo.

Questo è il motivo per il quale il giorno e la notte non sono mai insieme.



IZANAGI E IZANAMI

SUSANOO

Susanoo, o Susanowo, è uno dei principali Kami dello shintoismo, noto come il dio delle tempeste, degli uragani e del mare.

Era il più ribelle e inquieto e spesso si lamentava con Izanagi che stanco delle sue continue lamentele decise di esiliarlo nel mondo Yomi.

Susanoo accettò questa decisione, ma andò prima dalla sorella Amaterasu in cielo per dirle addio.

La sorella però conoscendo la poca sincerità di Susanoo lo sfidò a dimostrare di essere veramente sincero nel volerla solo salutare senza avere altro in mente.

La sfida consisteva in una creazione di divinità: avrebbe vinto chi sarebbe riuscito a generare più figli divini.

Amaterasu generò tre donne da una spada e Susanoo cinque uomini da un monile.

Nessuno dei due voleva dichiararsi sconfitto e un grave affronto di Susanoo generò la fuga di Amaterasu si nascose in una caverna.

Poiché la divinità del Sole ora era nascosta, il mondo rimase oscurato. *(l'intera leggenda la trovate nello scorso numero!)*



LEGGENDE:

OROCHI E SUSANOO

Yamata-no-Orochi è un serpente a otto teste leggendario. La leggenda narra di come questo mostro ad otto teste governasse la regione di Izumo e che fosse così gigantesco da coprire otto valli ed otto colline.

Per non distruggere i terreni chiedeva ogni anno il sacrificio di una vergine.

Dopo essere stato esiliato dal paradiso, Susanoo dio del mare e della tempesta,

giunse nella regione di Izumo dove incontrò una coppia di anziani disperati.

Susanoo chiese loro il motivo per il quale stessero piangendo e la coppia spiegò che presto alla loro ottava figlia, Kushinada, sarebbe toccata la stessa sorte delle altre sette figlie, cioè di essere sacrificata al mostro.

Susanoo volle conoscere la ragazza e se ne innamorò immediatamente, così si offrì di salvare la ragazza in cambio della sua mano ed i genitori di Kushinada accettarono.

Trasformò Kushinada in un pettine che mise nei suoi capelli e costruì intorno alla casa della anziana coppia una staccionata con otto cancelli, ad ogni cancello mise un tavolo con un barile di sakè, il mostro bevve tutti i barili di sakè e cadde in un sonno profondo.

Appena si addormentò Susanoo recise tutte le teste e le code del mostro e nell'ottava coda trovò una spada che, in seguito, avrebbe consegnato a sua sorella Amaterasu, la famosissima "Kusanagi" che sarà oggetto di molte leggende nel corso del tempo. Susanoo e Kushinada si sposarono e vissero una lunga e felice vita.



LSStudio, sale rinnovate, nuova regia

grande sala per prove musicali tour
composizioni e arrangiamenti
organizzazione corsi e clinic
promo registrazioni

contattateci per preventivi e info 3488504770

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

CONSIGLI DI LETTURA

di Vincenzo D'Onofrio

Metodo Movi-Lectio

Da una locuzione latina deriva l'espressione di apprendimento per Movi-lectio, che nel suo significato letterale sta a indicare una lezione dinamica, dove a un'elaborazione cognitiva segue immediatamente un'elaborazione esecutiva, che permette all'alunno di completare il compito didattico-motorio.

Esso nasce come nuovo e originale metodo da inserire nell'attività scolastica, al fine di modernizzare quello tradizionale "in chiave di supporto", che nonostante la sua valida e pluriennale applicazione, viene chiamato ad aprirsi a nuove espressioni di trasmissione della cultura.

Considerando l'ambito multidisciplinare, Movi-lectio si presta come metodo approvato dalla condivisione di un approccio didattico-strategico, che supera ogni forma di competizione tra gli alunni o gli atleti, i quali indistintamente avranno un ruolo centrale durante le attività e le verifiche finali di ogni unità

didattica di apprendimento. Attraverso un processo di socializzazione si realizza il più importante processo di integrazione, andando così a soddisfare eventuali strategie inclusive, da attivare nel momento in cui si presentano casi che richiedono interventi speciali.

Oggi più che mai le scuole, come le palestre, sono frequentate da soggetti portatori di urgenti bisogni di sostegno e per i quali straordinariamente Movi-lectio si propone come metodo per il superamento di qualsiasi difficoltà, in particolare delle tre categorie di BES: disabilità mentale, fisica, sensoriale; svantaggio socio-economico, linguistico, culturale; disturbi evolutivi specifici: disturbi specifici dell'apprendimento - DSA -, disturbi dello spettro autistico, funzionamento cognitivo limite.

Ampio spazio viene dedicato proprio ai disturbi evolutivi specifici e in particolare ai disturbi dell'attenzione e dell'iperattività (ADHD), verso cui il metodo risulta molto efficace con un riflesso positivo sull'andamento didattico-scolastico e comportamentale nonché sull'espressione corporeo-motoria. Da questa idea, si immagina la futura aula scolastica suddivisa in tre precisi spazi: quello minore relativo all'area formativa occupata dal docente, quello medio per la collocazione dell'area Movi-lectio, quello maggiore riservato agli alunni.

L'obiettivo didattico è duplice: sviluppo delle abilità culturali contestualmente allo sviluppo delle abilità specifiche delle discipline sportive (in questo volume è stata scelta quella del karate), che rappresenta il passaggio motivante dal semplice "sapere" (conoscenza) al più complesso "saper trasformare" (competenza appresa). Movi-lectio è un metodo che utilizza spazi minimi e senza particolari sussidi, migliorando la rapidità di elaborazione del compito didattico e la massima rapidità di esecuzione dell'azione motoria, che deve necessariamente svolgersi su una distanza di massimo 10 metri, favorendo lo sviluppo percettivo come affinamento della capacità di differenziazione e di discriminazione degli stimoli, in cui l'alunno arriva ad una risposta che inizialmente, fra i banchi, non riusciva a dare.



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

MULAN - IL FILM

Disney MULAN

Dopo aver analizzato il cartone animato Mulan, non potevamo non passare dal Film.

Mulan, film diretto da Niki Caro, porta sul grande schermo in live-action l'omonimo classico della Disney. È la storia di una giovane donna di nome Hua Mulan (Liu Yifei), figlia maggiore di un rispettato guerriero della Cina durante gli anni della dinastia Sui. La ragazza è sveglia, piena di energie, aggraziata, ma anche molto agile e determinata.

Ormai giunta in età adulta, a Mulan viene imposto di sposare un uomo, scelto dalla famiglia e dalla mezzana per lei e, nonostante la giovane non si senta pronta per il matrimonio, accetta la decisione senza opporsi.

Quando il Paese subisce un attacco dal nord da parte degli Unni, l'imperatore ordina che ogni famiglia contribuisca al bene della nazione mandando un uomo in guerra. Per evitare al padre, ormai anziano e malato, di arruolarsi nell'Armata Imperiale come unico maschio dei Hua, Mulan si traveste da uomo, combattendo con il nome di Hua Jun. La ragazza dimostra di essere una valida guerriera, ma il suo travestimento funzionerà davvero?

Ogni tanto succede, ma molto di rado: specialista negli ultimi anni nel vivere di rendita con remake sterili, che hanno un senso solo nel nutrirsi delle radici di film del passato di gran lunga migliori, la Disney a sorpresa lascia che uno di questi progetti assuma un'identità propria e indipendente dal prototipo.

Era successo quattro anni fa col sorprendente Libro della Giungla di Jon Favreau, ricapita un'altra volta con questo Mulan di Niki Caro (già regista di La ragazza delle balene): il "nuovo" Mulan mantiene il cartoon originale del 1998 di Barry Cook & Tony Bancroft solo come eco sottotraccia, così la sceneggiatura si rifà direttamente al materiale che lo ispirò, appunto il poema cinese "La ballata di Mulan", attribuito a Liang Tao e risalente al secolo VI.

Mulan, remake o non remake, rimane il soggetto migliore per la Disney attuale, che può costruire un monumento all'inclusività, forte di una suggestione nata in tempi "non sospetti" e quindi ancora più coraggiosa, e allo stesso tempo gettare un ponte con la Cina per quel gemellaggio cinematografico che da ambedue le parti si cerca da anni, fallito con la coproduzione di The Great Wall con Matt Damon, proprio di Yimou. Pur senza guizzi d'originalità, il lavoro di Niki Caro ha ritmo e si avvale di un eccellente lavoro in scenografia, costumi e fotografia (cromaticamente parecchio evocativa), mentre il cast lavora con precisione, a partire dall'espressiva protagonista Yifei, star e cantante in patria. Il crescendo, le emozioni e i messaggi arrivano a destinazione senza bisogno di ricordare il Mulan originale.

Da appassionati del cinema animato Disney, non lo riteniamo un male: mantenere le distanze significa anche evitare la deplorabile tentazione di una scriteriata "sostituzione".



UnipolSai
ASSICURAZIONI

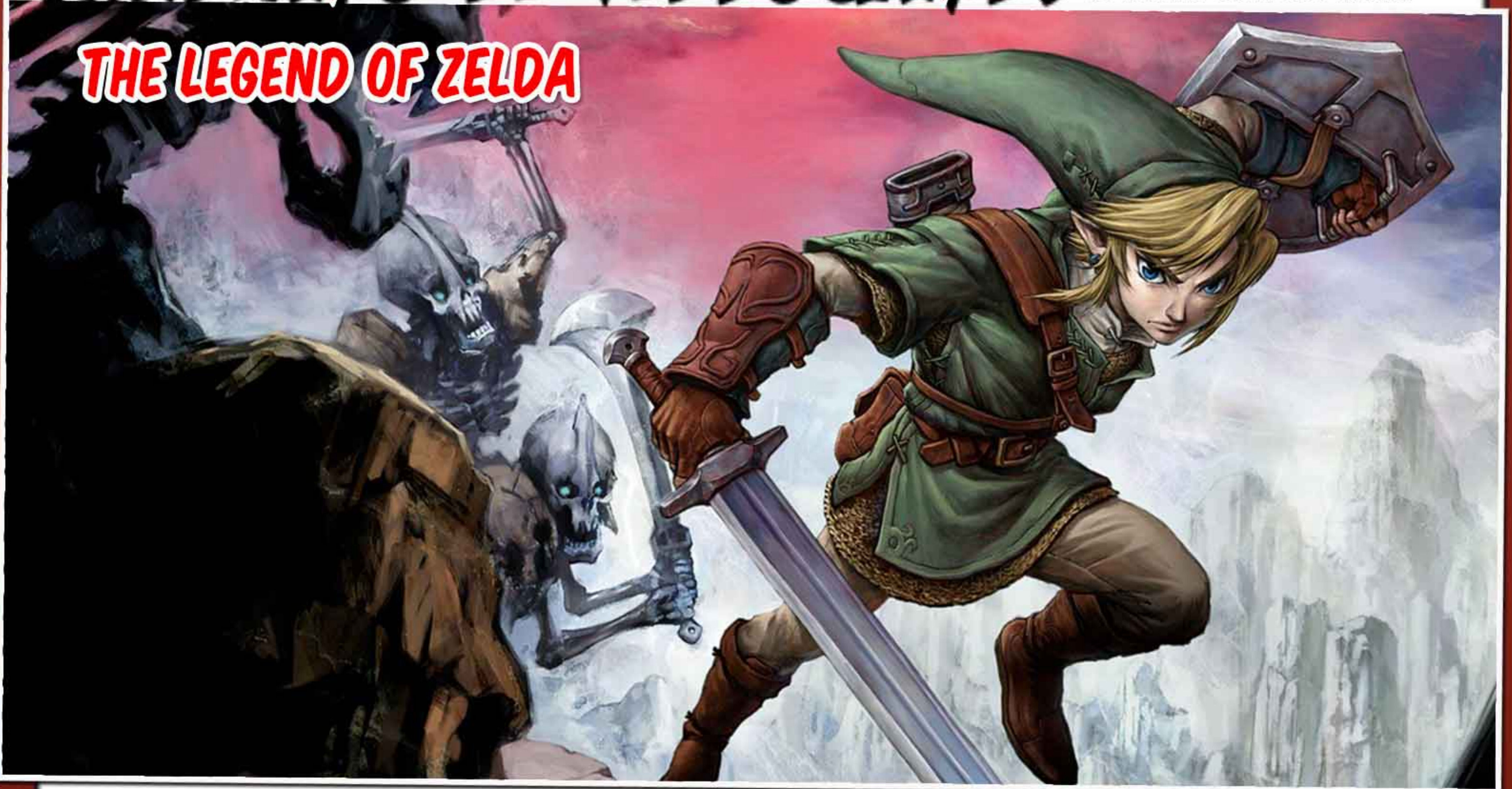
Divisione LA PREVIDENTE **LP**

di Bottini Andrea

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

27

THE LEGEND OF ZELDA



The Legend of Zelda è un gioco di avventura epico per Nintendo che ha conquistato il cuore dei giocatori di tutte le età.

Il gioco segue le avventure di Link, un giovane eroe che deve salvare la Principessa Zelda dal malvagio stregone Ganon. La grafica del gioco è fantastica e i paesaggi sono incredibilmente dettagliati.

Il gameplay è coinvolgente e ti tiene impegnato per ore, mentre esplori i dungeon, combatti i nemici e raccogli gli oggetti. Una delle cose che mi piace di più di questo gioco è la libertà che ti dà di esplorare il mondo. Ci sono così tanti posti da scoprire e segreti da svelare, che non ti annoierai mai.

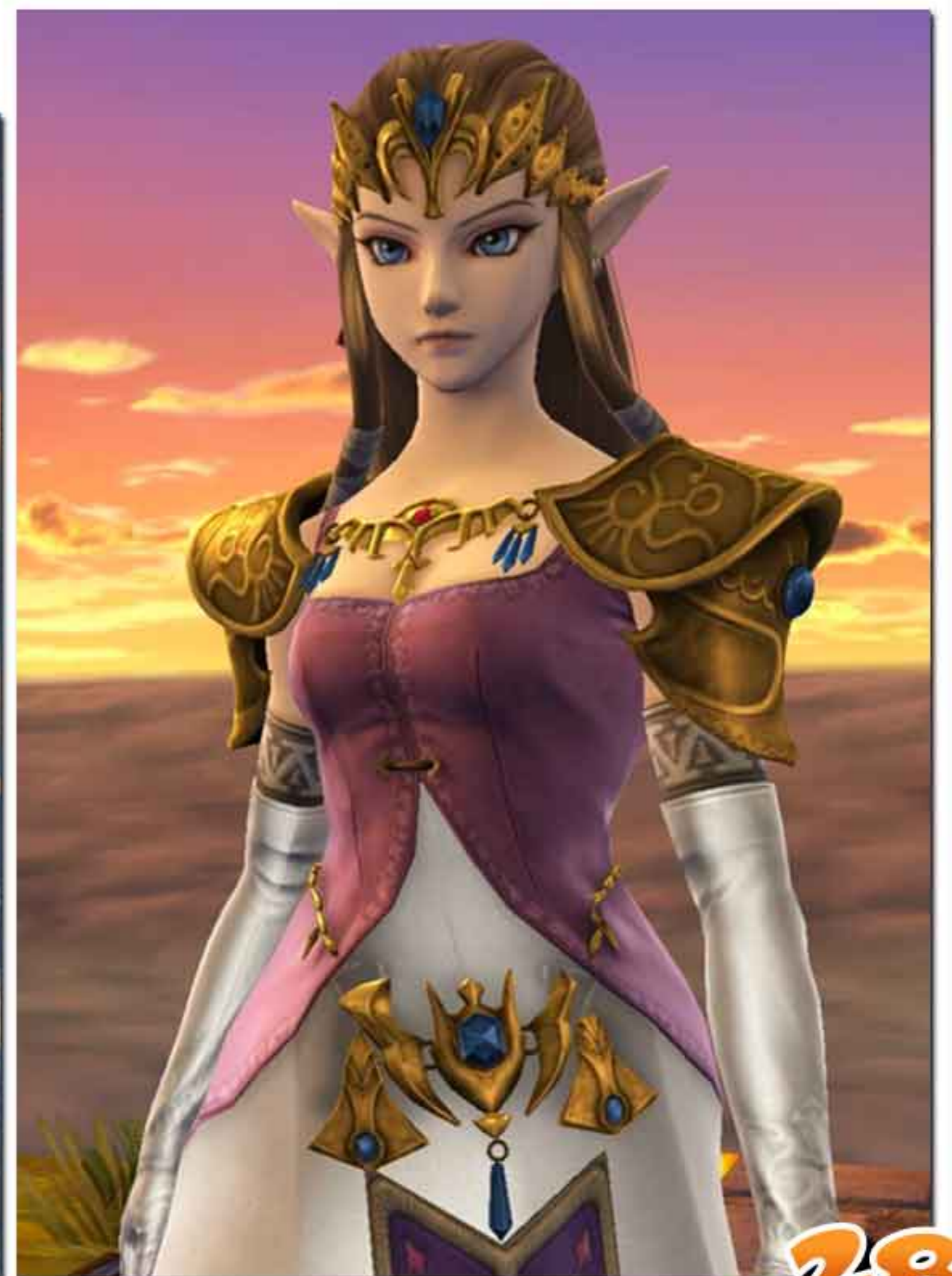
Inoltre, il gioco ha una trama intrigante che ti tiene incollato allo schermo.

Il combattimento è anche una continua sfida molto divertente. Ci sono nemici diversi con i quali combattere, ognuno con le proprie abilità e debolezze. Devono essere affrontati con diversi modi e armi, rendendo il gioco sempre interessante e appassionante.

In generale, The Legend of Zelda è un gioco che non dovrebbe mancare nella tua collezione.

È divertente, emozionante e pieno di avventura. Lo consiglio a chiunque ami i giochi d'avventura e la fantasia.

Un vero classico per tutti gli appassionati di videogiochi.






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



STAGE DI KATA e KUMITE

Viviana Bottaro
Nello Maestri

SABATO 11 FEBBRAIO 2023

Orari: RAGAZZI 14:30-16:00 - ADULTI E AGONISTI 17:00-19:00

Palasport di Porto Mantovano - Via A. Gramsci, 35-37

Le iscrizioni si chiuderanno al raggiungimento delle 150 persone nel kata e 150 nel kumite

Info: 338 5775667 Davide Reggiani - 349 3808108 Alex Daeder



26 febbraio 2023



Comune di Carpenedolo



CAMPIONATO NAZIONALE DI KARATE CSI 2022-2023
FASE PROVINCIALE - FINALE

2° Open Carpenedolo

Carpenedolo (BS) Palasport
Via Laffranchi
Gara di karate e kobudo

KATA

Inizio gara ore 9:00

coppie - squadre - individuale
integrato - disabili -
weapons - Creative
Kata Kid



CENTRO SPORTIVO ITALIANO
CAMPIONATI NAZIONALI 2023

TOGETHER
LO SPORT DI DOMANI

FASE PROVINCIALE

338 5775667

info@karatemantova.it



PALASPORT
DI GOITO (MN)
VIA PEDAGNO, 80

23 aprile 2023 dalle ore 9.00



Con il Patrocinio
del Comune di Goito

CAMPIONATO NAZIONALE 2023 CSI
KARATE E KOBUDO - FASE REGIONALE LOMBARDIA

GOITO

CENTRO SPORTIVO ITALIANO
CAMPIONATI NAZIONALI 2023



TOGETHER
LO SPORT DI DOMANI

FASE REGIONALE

Karate e Kobudo



info: 3385775667

artimarziali.csimn@libero.it

Tutte le specialità di kata e forme

Kata individuale
Kata a coppie
Kata a squadre
Kata doppio misto
Kata disabili
Kata a coppie integrato
Kata a libera composizione
Kata con armi Okinawa style
Kata con armi Free Style
Kata con armi a squadre
Kata rielaborato a squadre



KUMITE-FORMS-BREAKING- INCLUSION-MMA LIGHT- MMA FULL-GRAPPLING-
ORIENTAL BOXING-K1 KICKBOXING-FULL CONTACT-THAIBOXING
SELF DEFENSE-POINT FIGHT-LIGHT CONTACT-KICK LIGHT
RUMBLE



PRESENTED BY

WMAC

/ 06. - 07.05.2023

EUROPEAN MARTIAL
ARTS GAMES

EUROPEAN CHAMPIONSHIPS

MULTIEVENTI SPORT DOMUS
VIA RANCAGLIA, 47899, SAN MARINO

REGISTRATION & INVITATION:
WWW.KICKBOXREGISTRATION.COM

HOSTED BY WMAC ITALY
& WMAC EUROPE



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

tantissime proposte nella sezione HANDMADE!



di REGGIANI CRISTINA

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...



cuscino lego personalizzabile col tuo nome



Creiamo insieme quello che più vi piace!

segui Crikami sui social per rimanere aggiornato!



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

ESSERE "CINTURA NERA"

«Una cintura nera non è altro che una cintura, un pezzo di stoffa.
Il tuo ultimo obiettivo non dovrebbe essere quello di "ottenere" la cintura nera.
Il tuo massimo obiettivo dovrebbe consistere nell'Essere cintura nera.
"Essere cintura nera" è uno stato mentale, uno stile di vita.»

(da Bohdi Sanders, "La saggezza delle arti marziali")



NEL PROSSIMO NUMERO:

UN ATLETA DI KARATEMANTOVA SI RACCONTA

TANTI NUOVI APPUNTAMENTI E MOLTO ALTRO..

Karatemantova Magazine - Nr. 33 - Febbraio 2023

redazione e impaginazione: Vittorio Magro

**disegni: Riccardo Tebaldini, Cristina Reggiani, Ilaria Truzzi, Lorenzo Tanassi,
Carola Malgioglio - foto: Noemi Borghesan**

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