



# NOTIZIE DAL DOJO

# KARATEMANTOVA MAGAZINE

## GIULIA SACCANI



**A SCUOLA  
CON CRISTINA  
&  
ILARIA**

**IN QUESTO NUMERO:  
LE PRIME INFORMAZIONI  
SUL CAMPUS ESTIVO  
DI FULVIO SOLE A PAG.30**

**LA CERIMONIA  
DEL TÈ**



**OCHACAFFÈ CI RACCONTA  
IL "SUMO"**



**I NOSTRI  
CAMPIONI PROVINCIALI  
2023**





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

invio materiale: [kmmagazine@gmail.com](mailto: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](mailto:info@crikami.it)

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...*



Tante idee uniche  
per tutti!

segui Crikami sui social  
per rimanere aggiornato!



# LA PAROLA AL MAESTRO:

del M° Davide Reggiani



**EHI MAESTRO! ...MA CHI TE LO FA FARE?**

*Sei un allenatore? Un istruttore o maestro? Ho una domanda per te: "Chi te lo fa fare?"*

Rispondere a questo interrogativo non è semplice, come non è semplice spiegare a qualcuno che non ha mai allenato o mai frequentato una società sportiva, cosa si prova e cosa regala stare tra i ragazzi. Ma proviamo a descrivere chi sei. Sei quello che esce dal lavoro di corsa con il borsone sulle spalle, due o più volte alla settimana, per arrivare puntuale all'allenamento dei tuoi ragazzi e delle tue ragazze. Non importa che lavoro fai, crollasse il mondo quei due giorni tutto si ferma perché il tuo dojo viene prima di ogni altra cosa. Sei quello che ha il record mondiale di "rimbrotti" dalla compagna o dal compagno perché nei due o tre giorni degli allenamenti finisci sempre per arrivare a casa tardi. E guai a toccarti i week-end se c'è la gara. Si può andare a sciare, a vedere una città, al cinema... Ma solo alla condizione che si torni in tempo per la gara. Sei quello che dorme poco la notte prima della gara perché ti giri e rigiri nel letto pensando ai ragazzi e ai kata preparati; dopo la gara per mandare giù sconfitte che bruciano o una vittoria esaltante; in settimana pensando e ripensando a una discussione in allenamento o magari ad un ragazzo o ragazza che hai perso. Sei quello che quando va sul tatami per allenare prova una sensazione di felicità impossibile da spiegare. Sei quello che prima di ogni gara ha un blocco allo stomaco, nemmeno dovesse trattarsi di una finale mondiale. Sei quello che resta legato da amicizie che durano una vita con i tuoi ragazzi e le tue ragazze. Sei quello che prova emozioni che resteranno dentro di te tutta la vita. Sei quello che alla fine di ogni stagione pensa di smettere e poi dopo qualche settimana non vede l'ora di ricominciare. Sei quello che lo fa anche gratuitamente, non per soldi e non per carriera. Sei quello che mette a dura prova il conto corrente tra pizze coi ragazzi e magari un kimono regalato di nascosto a chi non può permetterselo. Sei quello che si ferma sino a tardi a chiacchierare con un atleta perché ha bisogno di un consiglio. Sei quello che qualche volta manderebbe la società sportiva a quel paese ma senza mai smettere di volerle bene. Sei quello che spesso si sente incompreso dai genitori, dalla società, da chi ti gira intorno. Sei quello che spesso chiede a sé stesso: "ma chi me lo fa fare?" Sei quello che sente di vivere a pieni polmoni appena si ritrova sul tatami ad allenare. Insomma, ho provato a trovare le parole ma in realtà non riusciremo mai a spiegare queste cose davvero. Una cosa però è certa: sei fortunato perché vivere quel ruolo è aria pura per la vita vera!

M° Davide Reggiani

Distributore Ufficiale  
di zona

Karategi e judogi:

  
**Kappa**



**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](mailto:mantovapromosport@libero.it)



## SOMMARIO

PAROLA AL MAESTRO.....	PAG. 3
STORIA DI KARATEMANTOVA.....	PAG. 5
<b>GIULIA SACCANI</b> .....	PAG. 6
STORIA DEL CSI - 5^ PUNTATA.....	PAG. 8
KOBUDO - DI SIMONE REGGIANI.....	PAG. 9
L'ANGOLO DELLA KATANA.....	PAG. 11
GLI STILI DEL KARATE 1^ PUNTATA.....	PAG. 13
LA CERIMONIA DEL TÈ.....	PAG. 14
I NOSTRI CAMPIONI PROVINCIALI 2023.....	PAG. 16
IL SUMO - A CURA DI ASS. OCHACAFFÈ.....	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 - LE TARTARUGHE NINJA.....	PAG. 27
ICHI, NI, SAN, MUSICA!.....	PAG. 28
CORSI.....	PAG. 29
<b>PROSSIMI APPUNTAMENTI</b> .....	PAG. 30



**GIULIA SACCANI**



### L'ANGOLO DELLA KATANA: TRA FALSI E REALTÀ



**CONTINUANO LE LEZIONI  
SUL GIAPPONE  
CON CRISTINA E ILARIA**

## NEWS



### RIPRENDIAMO LA STRADA FIJKAM

Dopo una breve pausa riprendiamo i contatti, tra l'altro mai interrotti, con la Fijlkam!

L'unica Federazione Italiana riconosciuta, la Via per lo sport olimpico.

In un'altra versione, senza un coinvolgimento diretto ma grazie all'amico Alex Daeder e alla sua società tutti i nostri atleti potranno tesserarsi e gareggiare anche in Federazione.

E viceversa gli atleti del Karate Team Porto 1999, tramite Karatemantova, potranno fare attività in CSI.

### KARATEMANTOVA / KARATE TEAM 1999

#### CONDIVIDERE: UN IMPORTANTE ACCORDO DI COLLABORAZIONE CONTINUATIVA

Un accordo storico per le 2 società mantovane più corpose che va al di là di scambi reciproci ma anche una collaborazione tecnica maggiore dopo lo stage con Viviana Bottaro e nello maestri.

Lezioni comuni, allenamenti ma anche altri eventi già in cantiere di entità nazionale e internazionale.

I due Maestri Davide Reggiani e Alex Daeder hanno concordato e condiviso il fatto che questa unione non può far altro che far crescere i ragazzi e le Società sportive promuovendo uno sport sano e pulito senza barriere. Con questa ottica si lavorerà per il futuro del karate virgiliano mettendo in comune esperienze e competenze importanti.

Attendiamo gli annunci di altri stage con importanti attori del nostro sport che tanto amiamo: il Karate.

Nel frattempo in tutte le palestre del gruppo è iniziata anche la preparazione sia per gli esami di Dan e Kiu ma anche per la gara Regionale di Goito del 26 aprile prossimo.



# STORIA DI KARATEMANTOVA

Come già accennato nel numero 31 di Dicembre 2022, una esperienza che ci ha segnato molto e incuriosito parecchio è stata la visita, nel 2010, alla Caserma aeronautica di Villafranca, ecco un pò di reportage in più...



## TATTOO YOU

Vnguyen

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



# GIULIA SACCANI

UNA GRANDE PROMESSA



Giulia inizia a frequentare questa disciplina presso Karate Mantova nel lontano 2013, a soli otto anni. Spinta più dal padre che dalle sue convinzioni e sotto la guida del maestro Davide Reggiani, ottiene subito ottimi risultati, piazzandosi sempre nei primi 3 posti ad ogni gara a cui partecipava. Due anni dopo arriva il suo primo titolo italiano di categoria (Kata individuale), evidenziando una spiccata attitudine per questo sport. Ben presto la vecchia scatola di scarpe che conteneva le sue medaglie diventa troppo piccola e viene sostituita da una vera e propria bacheca. Nel 2017 uno stop improvviso, Giulia decide di abbracciare una nuova disciplina sportiva, la ginnastica artistica. Questo percorso non dura molto e l'anno successivo rientra a fare parte del team Karate Mantova. Oggi, cintura nera, ha nel suo palmares titoli nazionali e internazionali; prosegue così il suo cammino di atleta di successo, con passione e dedizione, frequentando anche corsi per diventare un buon insegnante di questa stupenda arte marziale.





World Cup Open Bregenz  
2018



SACCANI GIULIA



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

## PNEUS MANTOVA snc

di GASTALDI GIORGIO & CLAUDIO



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



## LA RICORRENZA DEL PRIMO DECENNIO DEL CENTRO SPORTIVO ITALIANO

Nell'ottobre 1955 il CSI festeggia a Roma i primi dieci anni di vita. L'idea di un raduno romano del CSI era nata come grato e doveroso omaggio a Pio XII, "Il Papa degli sportivi", nel suo ottantesimo compleanno e nel quindicesimo di pontificato.

La ricorrenza del decennale di fondazione fu vista anche come l'occasione propizia per ribadire al Paese intero la propria vocazione.

A quell'appuntamento il CSI si presentava forte di un'organizzazione diffusa ormai in

tutta la penisola: 17 Comitati regionali, 92 Comitati provinciali, 60 Comitati zionali, 3.000 Società sportive, circa 80.000 tesserati. La gente del CSI, alla quale si aggiunsero le atlete della FARI e atleti di molte Federazioni nazionali, cominciò ad affluire a Roma il 6 e 7 ottobre. Arrivarono con treni, pullman, moto e perfino in bicicletta, vestiti con le tute e le divise sociali, giovani e meno giovani, portando bandiere, striscioni e gli strumenti del loro sport.

Alcuni di loro diedero vita a tre grandi manifestazioni sportive: i "Campionati nazionali di atletica leggera", il "Criterium giovanile ciclomotoristico delle Nazioni", il "Gran Premio del Decennio" di ciclismo. La mattina del 9 ottobre questa enorme massa di gente, alla quale si erano aggiunte le atlete della FARI e gli atleti di molte Federazioni sportive nazionali con i loro dirigenti (circa 50.000 persone), sfilò per le vie di Roma fino a Piazza San Pietro, dove li attendeva un'udienza concessa da Papa Pio XII.

In quella folla di atleti erano rappresentati tutti gli sport del CSI e tutte le regioni. Il "Decennio" non fu solo bandiere, musiche e cortei. A dargli un senso profondo fu il discorso pronunciato in quella occasione da Pio XII. Nel 1945, quando il CSI era rinato dalle ceneri della FASCI, era stato proprio Pio XII ad indicare la strada che la nuova associazione avrebbe dovuto percorrere nello sport.

Ora, a distanza di dieci anni, ci si raccoglieva attorno al Papa con l'orgoglio di chi era riuscito ad andare oltre ogni previsione. Pio XII lodò il CSI per la strada già percorsa e diede preziose indicazioni per il futuro. Ma il Pontefice esortava a fare ancora di più: perché lo sport è fonte di beni fisici ed etici, va proposto a tutti i giovani, anche ai più disagiati. Ai giovani dell'immediato dopoguerra lo sport veniva proposto come un'alternativa esistenziale, cioè un ideale di vita coraggioso, ottimista, superiore ai meri interessi e preoccupazioni materiali: una proposta di rinnovamento totale di tutta la persona, anima e corpo, attraverso un'attività sportiva sanamente intesa. In questa prospettiva anche la funzione di una "associazione di categoria" come il CSI era tracciata di conseguenza; attraverso essa la Chiesa "compie ed integra ciò che manca ad un'idea, ad un'attività, ad un'opera, che per eccessi o per difetti o per assenza di fondamenti ideali non siano pari, se non addirittura contrari, alla dignità cristiana" (Pio XII). Ecco pertanto il programma del CSI alla fine del suo primo decennio di vita, tracciato con quella famosa espressione: "Lievito di cristianesimo voi dunque sarete negli stadi, sulle strade, sui monti, al mare, ovunque si innalza con onore il vostro vessillo" (Pio XII). Si incomincia già ad intravedere il "modo d'essere" del CSI e c'è già un netto progresso rispetto al periodo della FASCI. Compito dell'istituzione sportiva cattolica non è soltanto quello di agire, perseverare e conservare, ma anche quello di animare cristianamente, dal di dentro, i valori temporali, soprattutto con la forza dell'esempio. L'avvenimento fu troppo grande perché si potesse ignorarlo.

I cinegiornali ne diffusero il resoconto in tutte le sale cinematografiche. La stampa impegnò alcune grandi firme nel commento. Le critiche di parte non mancarono e talvolta toccarono punte di involontaria comicità.

L'Unità polemizzò sui presunti costi del raduno, Il Paese trovò ingiusto che si fossero sventolate le bandiere tricolori facendo "fremere nella tomba le ossa di Mazzini e Garibaldi", Il Lavoro parlò di messa in scena grandiosa che nascondeva la pochezza dello sport del CSI, Il Borghese fece finta di stupirsi perché non era stata inviata "alla cittadinanza romana nessuna cartolina precetto per assistere alla sfilata".

**CONTINUA...**

**UnipolSai**  
ASSICURAZIONI

Divisione LA PREVIDENTE



di Bottini Andrea

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



# KOBUDO

di Simone Reggiani

古  
武  
道

KO  
BU  
DO



## CONTADINI E PESCATORI DI OKINAWA: DOVE NASCE IL KOBUDO?

Gente che viveva dei frutti della terra e che stava gran parte della giornata con la schiena piegata, gente che passava ore ed ore in mezzo all'oceano su piccole imbarcazioni a pescare e gente che aveva animali da accudire e curare affinché rendessero al meglio, come poteva trovare il tempo, le energie e la voglia necessarie per creare e sviluppare un sistema tanto complesso quanto efficace per utilizzare attrezzi ed oggetti di varia natura ed uso comune come letali armi efficaci ed in grado, se ben utilizzate, di contrastare armi molto meglio costruite e progettate per la guerra?

La domanda è più che lecita direi. A volte le cose più ovvie sono quelle meno facili da notare, ma basta che qualcuno o qualcosa ci faccia riflettere, su questi apparentemente inutili dettagli, per farci mettere in discussione tutte le nostre certezze.

Come forse molti ben sanno ad Okinawa vi fu più di una restrizione o divieto di utilizzo e possesso di armi in diversi periodi storici. Ma non è esclusivamente correlato a questi divieti lo sviluppo del kobudo.

Il fatto più importante che può spiegare il perchè si è sviluppato un così complesso sistema combattivo, basato sull'utilizzo di strumenti utilizzati nella vita quotidiana, riguarda il massiccio declassamento sociale avvenuto ai danni della classe nobile.

Molti nobili furono costretti a tornare a vivere nelle campagne svolgendo quei lavori umili che fino a quel momento avevano visto da lontano.

In mezzo alla gente povera questi nobili dovettero imparare a convivere con problemi che lo stato sociale nobiliare non aveva.

Svestiti di tutto, o quasi, quello che prima possedevano queste persone avevano ben poche cose che potevano sfoggiare per differenziarsi e rivendicare le loro origini con i nuovi "colleghi", e sicuramente una di queste poche cose erano le arti marziali.

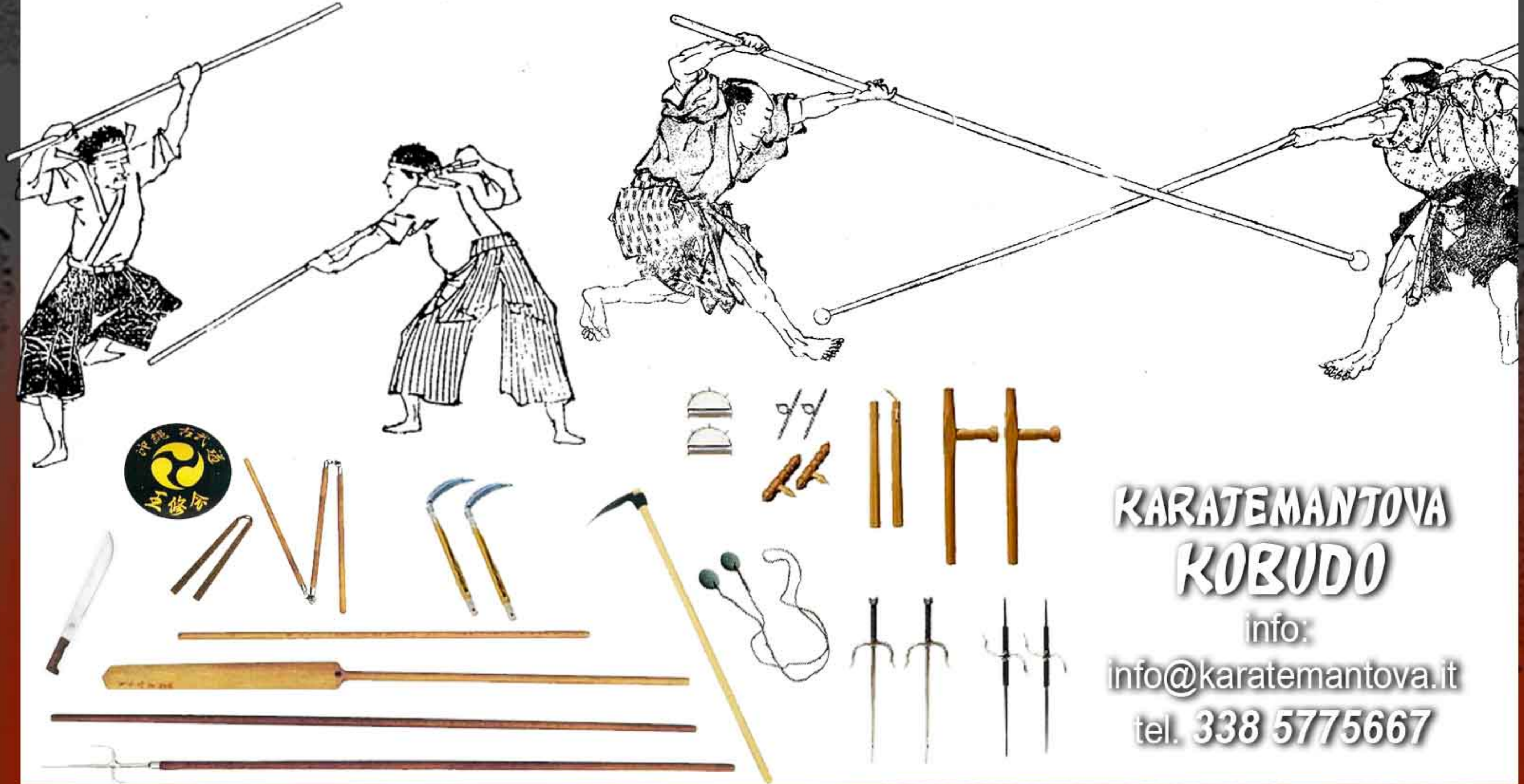
Praticando le arti marziali riuscirono a mantenere vivo in loro quel senso di appartenenza ad una classe sociale dalla quale vennero allontanati volenti o nolenti.

Ovviamente soprattutto per quanto riguarda l'arte marziale armata questi ex "guerrieri" dovettero fare i conti con i divieti vigenti che non consentivano il possesso di armi.



Solo la classe nobile e quindi tutti coloro che svolgevano attività di difesa del regno potevano possedere armi. Coloro quindi che persero la nobiltà dovettero ingegnarsi per riuscire a trasformare oggetti che venivano utilizzati nelle attività lavorative in efficaci armi. E vi riuscirono grazie alle loro competenze marziali. Probabilmente con il passare degli anni qualche insegnamento fu dato anche a chi non aveva origini nobili ma inizialmente questi ex nobili si ritrovavano segretamente per praticare lontani da occhi indiscreti. Normale è pensare che anche e persone, che da sempre facevano parte della classe sociale più povera, avessero cercato e sapessero utilizzare gli strumenti a loro disposizione per difendersi ad esempio dai frequenti attacchi dei pirati ma rimane difficile credere che queste persone riuscissero ad applicare dei principi così efficaci, e che ancora oggi possiamo vedere in quest'arte, senza avere nessuna conoscenza marziale o di arte bellica.

Tutto questo non fa luce sull'origine totale dell'arte marziale ma dà uno spunto di riflessione sulle sue origini.



**KARATEMANTOVA  
KOBUDO**  
info:  
[info@karatemantova.it](mailto: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



**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](http://www.csimantova.it) - [info@csimantova.it](mailto: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](http://www.ilmegafonocarpenedolo.it)  
[redazione@ilmegafonocarpenedolo.it](mailto:redazione@ilmegafonocarpenedolo.it)

## KATANE FALSIFICATE.



Abbiamo parlato in un precedente articolo delle katane ornamentali non utilizzabili nell'arte marziale ora vediamo alle katane falsificate.

In questa categoria si trova di tutto. Già nel Giappone feudale era molto in voga l'usanza di falsificare le firme dei forgiatori famosi.

A volte si trovano addirittura lame con una firma falsa (Gimei) realizzate da forgiatori che, col tempo, hanno acquistato una reputazione superiore a quella della firma stessa che andavano a falsificare.

A volte lo Shogun stesso donava una "Masamune" ad un Samurai che gli aveva reso un servizio particolarmente importante.

Purtroppo le lame di Masamune anche nei tempi andati erano decisamente rare, cosicché ci si rivolgeva a dei fabbri esperti nel riprodurre lame che assomigliassero esteticamente a quelle dei grandi nomi.

In questi casi, il falso veniva ritenuto autentico e tramandato come un tesoro di generazione in generazione, per via della particolare cultura giapponese, era molto difficile che un amico, anche nel caso sospettasse qualcosa, rivelasse al possessore la verità sull'autenticità della spada.

Dopo la seconda guerra mondiale, quando molta gente, pressata dalla miseria, tentò di rivendere le spade di famiglia, in più di un caso ci furono brutte sorprese per l'ultimo discendente di una casata di Samurai che scopriva all'improvviso che il tesoro di famiglia, donato ad un proprio avo dallo Shogun e tramandato per 300 anni di padre in figlio, altro non era che un pezzo di ferro privo di valore.

Ancora oggi, naturalmente, esistono casi analoghi, la differenza è che ora non ci si limita a tentare di falsificare le lame dei forgiatori più famosi, ma l'industria del falso si è estesa a tutti i livelli e così ecco che una banale lama da esposizione priva di valore viene spacciata per lama "battle ready", una Gunto realizzata con i binari della ferrovia viene passata per lama Shinto e una lama Shinto, opportunamente trattata può diventare una ben più preziosa lama Koto.

Ci sono molti truffatori e truffati nel mondo delle Katane, e visto che, il più delle volte, è sufficiente una conoscenza basilare per distinguere le lame autentiche dalla patacche, è fortemente consigliato informarsi un po' prima di buttarsi nell'acquisto di una Katana.

Ecco un paio di esempi abbastanza plateali di Katana falsificata. Nella prima la linea di tempra differenziale (Hamon) è palesemente falsa, realizzata mediante fresatura (orrenda), è altresì totalmente assente il puntale (Kissaki) e la linea di tempra dello stesso (Boshi).

Nella seconda lama, invece, la linea di tempra è realizzata con la metodica dell'incisione con acido che è più



10. Yome-in tantō (pugnale femminile) di Kunihira Kawachi. © Masahito Miyata

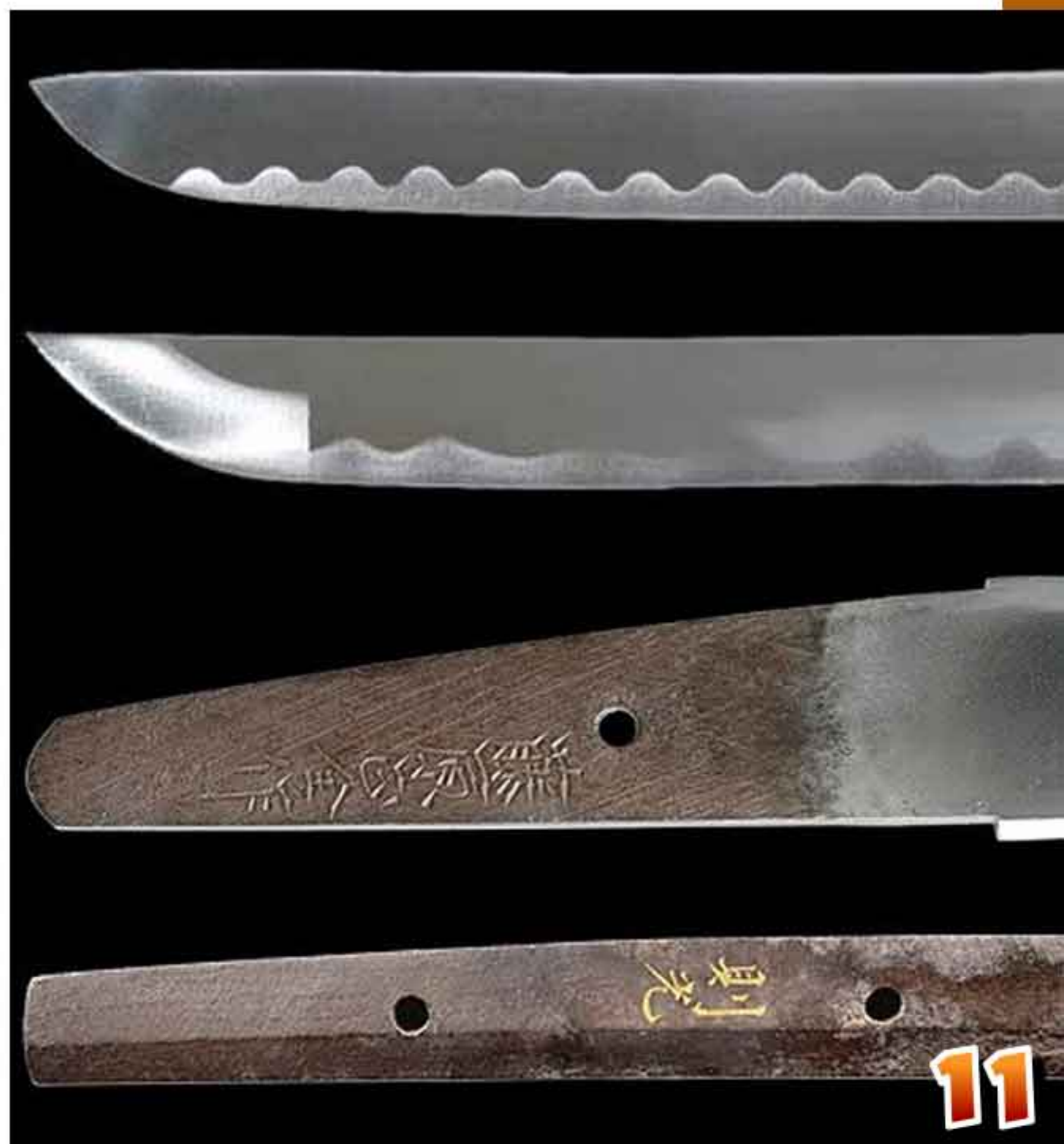
Di tutte le armi, la katana è senza dubbio la più affascinante. Un tempo, con quest'arma in pugno si andava in battaglia, si affrontava il nemico. La vita e la morte dipendevano dalla qualità della spada. E non solo le proprie, ma anche quelle di familiari, parenti, compagni da proteggere. L'impellente necessità e la grande domanda determinarono la comparsa di molti eccellenti forgiatori e di numerosi spade di altissimo livello. Tra di esse, alcune avevano le prerogative per essere considerate autentici capolavori. Essendosi sull'esperienza di questo, attraverso una lunga serie di tentativi, errori e aggiustamenti, si arrivò infine a dare alla katana la forma definitiva, e grazie ai valenti forgiatori si misero a punto quei procedimenti di base che sono ora un metodo consolidato. In seguito, con ulteriore affinamento dei processi di fabbricazione, si vennero distinguendo diverse scuole, e i numerosi forgiatori che ne discendono continuano a tutt'oggi a perfezionare le loro tecniche, puntando a vette sempre più alte.

### UNA LEGGENDA CHE CONTINUA

In tutti i secoli in cui ha continuato a essere fabbricata, la spada giapponese non è stata solo un semplice strumento, ma ha rappresentato uno splendido ornamento, adagiato al rango del possessore. La lama, in virtù dei trattamenti termici a cui è sottoposta, evidenzia una sorta di disegno chiamato hamon, ed è a sua volta accompagnata da una serie di complementi decorativi, come l'impugnatura, il fodero, lo scudo. In ciascuno di questi accessori, ornati da intarsi o incisioni dalle linee fluide, è racchiusa l'essenza della cultura giapponese. Col tempo, alle funzioni puramente strumentali si è andata aggiungendo una valenza estetica. Anche quando non si è stata quasi più occasione di adoperarsi in battaglia, la katana ha continuato a essere venerata come un'opera d'arte o un simbolo spirituale. Oggi conta appassionati in tutto il mondo ed è universalmente considerata l'arma più bella e potente che esista.

Si capisce perciò come mai sia circondata da così numerose leggende. Una riguarda la celebre Hieshiki Hieshite (Hieshite Spaccatutto), a quanto si racconta appartenuta risentimento che si era comportato inopportunamente, vedendo il suo signore così acceso d'ira, corse a rifugiarsi in un armadio. La leggenda racconta che Nobunragi lo gustò il per il, spaccando con il peso della lama una menzola dopo l'altra. L'arma andò

I CAPITOLO - UNA SPLENDA ARMA, DI IMPAREGGIABILE FORZA



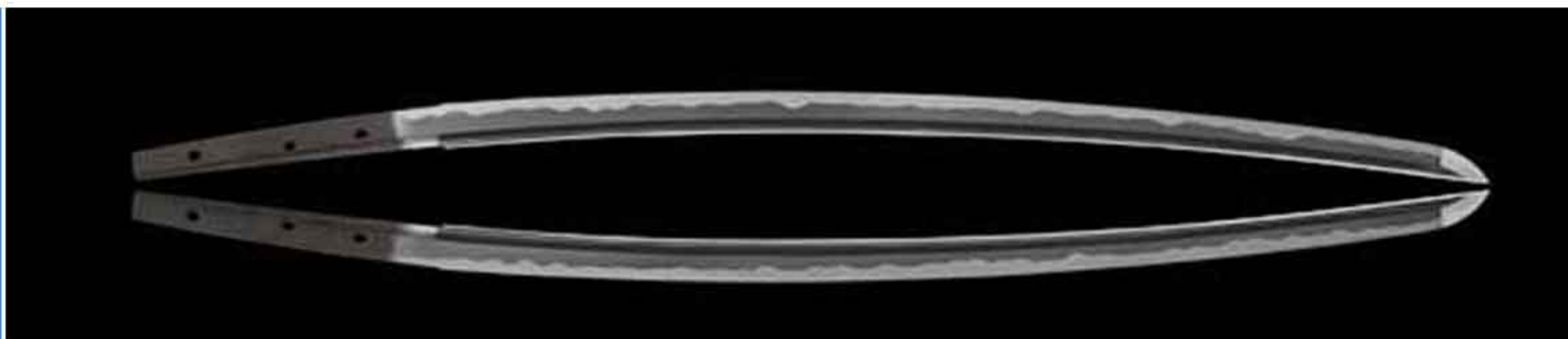
sofisticata e le conferisce un aspetto più realistico, ma sempre super-falso ad un occhio un tantino allenato; in ogni modo è del tutto assente la linea di tempra (Boshi) nel puntale (Kissaki) ed è altresì del tutto assente la trama dell'acciaio (Hada), trattasi di un fitto intreccio di linee e punti che compare come conseguenza delle numerose ripiegature e non è falsificabile, per cui una Katana priva di trama è sicuramente falsa.

Qui sotto si può osservare invece la trama (Hada) di una Katana autentica, essa, al contrario delle trame falsificate, non è mai in rilievo, cioè è visibile, ma la superficie rimane perfettamente liscia.

Lame come queste sono relativamente semplici da riconoscere anche per i non esperti, ma bisogna tenere presente che esistono anche spade fatte molto meglio, ad esempio una spada Shinto con il codolo (Nakago) invecchiato artificialmente e spacciata per lama Koto, per cui sarebbe buona prassi rivolgersi ad un esperto prima di effettuare un acquisto di un certo valore.

*Negli anni passati c'è stato un brutto scandalo che è arrivato ad interessare perfino il NBTHK, l'organismo statale giapponese deputato alla verifica dell'autenticità delle Katane e che rilascia i certificati di autenticità; in pratica, in cambio di soldi, venivano rilasciati certificati fittizi a falsi d'autore.*

*La cosa alla fine è venuta fuori, per fortuna, e l'intero organismo è stato riformato dalla base.*



**Nihonto storica**



**Nihonto moderna**

居合道

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

## 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](mailto:gemmasnc@gmail.com)

Web <http://gemmasnc.blogspot.com>

## CHINALI901

bici e riparazioni dal 1901

Via Aldo Moro n.3 | Mantova

☎ 0376 325249 📱 393 6948200 ✉ [chinalicicli@gmail.com](mailto:chinalicicli@gmail.com)





## SHOTOKAN (MAESTRO GICHIN FUNAKOSHI)

**Shotokan.** Il primo dojo di karate è costruito nel 1938 dagli allievi di G. Funakoshi, che si autotassano per molti anni a questo scopo appoggiandosi alla rete degli ex-allievi delle loro università. G. Funakoshi chiama questo dojo "Shotokan" (La casa nel fruscio della pineta).

Il periodo dello Shotokan nasce il primo marzo 1938, proprio quando il dojo Shotokan viene costruito.

Esso diventa il centro dell'insegnamento del karate di G. Funakoshi ed è frequentato da numerosi adepti fino all'inizio della seconda guerra mondiale.

Sarà distrutto dal bombardamento del marzo 1945. Perché il nome "Shotokan"?



*Gichin Funakoshi*

G. Funakoshi componeva fin da giovane delle poesie, egli aveva scelto come pseudonimo di calligrafo Shoto (fruscio della pineta). Il suo paese natale era infatti dominato dal castello di Shuri, che era prolungato da colline e da monti coperti da foreste di pini.

Questi formano una lunga catena chiamata Kobisan (Monti della coda di tigre), e per questa regione che G. Funakoshi sceglie la tigre come simbolo del suo stile.

G. Funakoshi aveva l'abitudine, in gioventù, di passeggiarvi spesso, di giorno e anche di notte, al chiaro di luna o sotto le stelle.

Firmando Shoto le sue poesie calligrafate, il ricordo del canto della pineta lo riportava ai sentimenti dell'infanzia e della giovinezza. Quando egli sceglie Shoto come nome del suo dojo di karate, vuole ancora legare l'immagine del fruscio della pineta alla via

che segue nel karate. "Amerei proseguire la via del karate, così come la vita, nella grazia della verità intrinseca alla calma del fruscio dei pini" G. Funakoshi

E' nella primavera del 1938 che egli affigge l'insegna "Shotokan" (kan significa casa o dojo) davanti al suo dojo. Questo nome sarà in seguito utilizzato per designare la sua scuola, G. Funakoshi ha 70 anni.

### L'influenza di Yoshitaka Funakoshi nello shotokan



*Yoshitaka Funakoshi*

G. Funakoshi stabilisce un sistema di "kyu" e di "dan" per designare i gradi degli allievi ed elabora i corsi che vengono tenuti dai suoi allievi anziani. Delega, in ogni università, la responsabilità dell'insegnamento all'allievo anziano più avanzato nel karate e quella del dojo Shotokan al suo terzo figlio, Yoshitaka. Il lavoro di G. Funakoshi consiste nell'andare ogni giorno nelle varie università per dare consigli e per insegnare, già più di una decina di università si sono affiliate allo Shotokan.

La sua scuola comincia ad allargarsi, al di fuori di Tokyo, con il trasferimento in provincia dei suoi allievi anziani, G. Funakoshi effettua quindi, di tanto in tanto, un viaggio d'insegnamento più o meno lungo.

Uno dei figli di G. Funakoshi, Yoshitaka, si è formato al karate con lo scopo di prepararsi a succedere a suo padre alla testa dello Shotokan.

Yoshitaka ha cominciato a praticare il karate per iniziativa di suo fratello maggiore Yoshihide, che è arrivato a Tokyo un po' più tardi. E' lui che persuade suo padre e suo fratello minore della necessità di formare Yoshitaka come successore del padre, poiché questi invecchiava.

Benché di salute cagionevole fin dall'infanzia, Yoshitaka diventa alla fine, al prezzo di sforzi appassionati, un esperto incontestabile della propria arte. Egli apporta al karate di suo padre parecchie modifiche, che quest'ultimo non sempre apprezza, Yoshitaka introduce maggiore ampiezza e dinamismo nell'esecuzione delle tecniche.

**VENCATO SANTO**  
**CARROZZERIA**  
Tutto per la tua auto

**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 automobilisti sia lucidati che verniciati  
Ricarica climatizzatori  
Personalizzazione vetture  
A richiesta trattamento con prodotti sp per serbatoli con perdite di auto e m  
Restauro auto d'epoca di ogni gene  
Disbrigo pratiche assicurative

# LA CERIMONIA DEL TÈ



*La cerimonia del tè, in Giappone, è un rito antichissimo.*

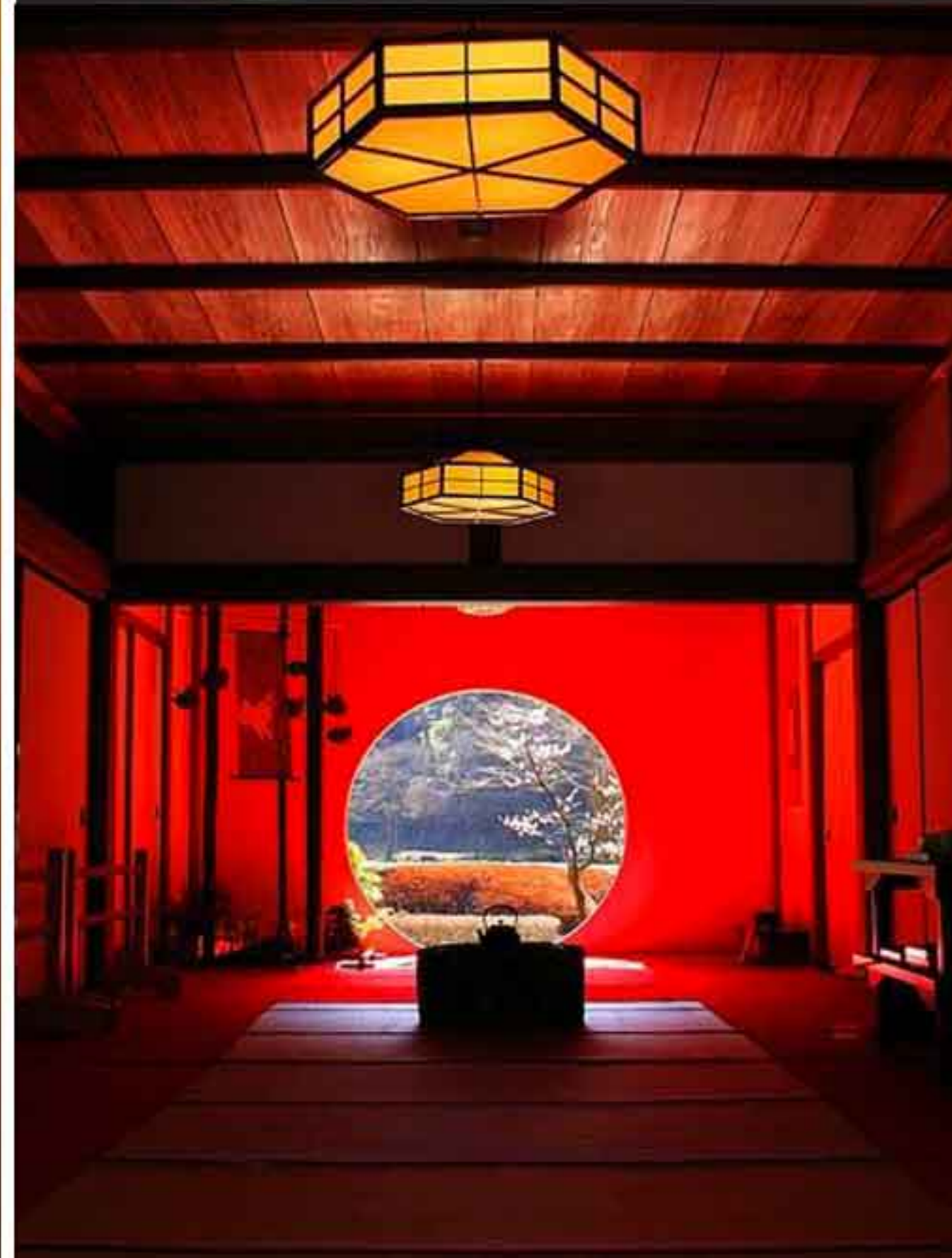
*Tutt'oggi ancora praticato, non si limita al piacere di gustarsi una calda tazza di tè, quanto più ha una connotazione spirituale, legata alle pratiche di meditazione, introspezione e contemplazione.*

Si tratta di una cerimonia affascinante, volta alla ricerca della propria essenzialità e alla purificazione dello spirito, aspetto fondamentale della disciplina zen.

## ORIGINI DEL TÈ

La leggenda narra che il tè giunse in Giappone per la prima volta intorno al X secolo, per opera del monaco buddista Eisai, che dopo un periodo in Cina, portò con sé i semi della pianta del Tè Matcha e iniziò a coltivarli nel giardino del monastero. Inizialmente, come all'interno della cultura cinese, anche in Giappone, la pianta del tè era usata principalmente per i suoi benefici officinali e medicamentosi.

Fu solo in un momento successivo che il tè si diffuse come una forma di teismo, ovvero, nel culto del tè.



## LA STANZA DEL TÈ

Per le caratteristiche di intimità e profondità previste dalla cerimonia, è consuetudine che il rito si svolga in una stanza piccola e appositamente predisposta, denominata Cha Shitsu (letteralmente "casa del tè"). L'arredamento è essenziale, proprio a voler richiamare l'abbandono di ogni forma superflua terrena, per elevarsi ad un livello spirituale più alto.

Ogni elemento della stanza si fonde in perfetta sintonia con l'ambiente circostante e con coloro che prendono parte alla cerimonia.

La luce è soffusa, regna il silenzio e l'atmosfera che viene a crearsi si ammantava di un fascino particolare e unico.





## IL RITO CERIMONIALE

In un susseguirsi di gesti, passaggi ben precisi e meditazione, la cerimonia del tè si articola in quattro momenti distinti:

- Kaiseki: il pasto leggero che si consuma prima del tè.
- Koicha: il momento in cui gli ospiti, singolarmente, contemplanò la tazza di tè che gli viene portata dal maestro cerimoniale, ne ammirano e gustano il contenuto a piccoli sorsi, prima di porgerla all'ospite vicino.
- Usucha: la fase in cui gli ospiti bevono tutta la tazza di tè che gli viene offerta, ne asciugano i bordi con un tovagliolo e la restituiscono al maestro. Egli, a sua volta, procederà a lavarla e asciugarla, prima di porgerla all'ospite successivo.
- Teishu: la parte finale della cerimonia, in cui l'ospite ritorna alla posizione iniziale, si inchina fino al pavimento assieme agli altri partecipanti, esce dalla stanza e richiude dietro di sé la porta scorrevole.

La cerimonia del tè rappresenta un rito affascinante e particolareggiato, carico di significati, che racchiude ed esprime armonia, purezza, rispetto e tranquillità; è una cerimonia rappresentativa della connessione tra la vita e l'arte, tra il sacro e il profano, tra il terreno e la spiritualità interiore.

Karatemantova ha avuto l'occasione e l'onore di poter partecipare a questo rito durante il bellissimo viaggio in Giappone nel 2010 (vedi Giornalino n° 8 - gennaio 2021), ecco un piccolo reportage:



# I CAMPIONI PROVINCIALI 2023

di Vittorio Magro

*Il campionato provinciale di karate del CSI Mantova non solo è una competizione sportiva.*

È anche un'occasione per promuovere i valori dell'arte marziale, come il rispetto, l'autodisciplina e la determinazione. Le gare sono un'opportunità per gli appassionati di karate di incontrarsi e fare nuove amicizie, creando una comunità forte e coesa. Normalmente non scrivo articoli sul magazine ma questa volta non sono riuscito a trattenermi, perchè queste ultime gare sono state un esempio di organizzazione perfetta da parte del CSI. Una grande cura e attenzione ai particolari hanno permesso a tutti di vivere esperienze sul tatami di alta qualità e, grazie al rispetto di orari e tempi tecnici, di permettere ai ragazzi di rimanere concentrati non dovendo attendere tempi biblici tra una sfida e l'altra.

Proprio per questi motivi è stato deciso, per la prima volta sul nostro Magazine, di pubblicare i nomi dei campioni provinciali 2023 del campionato CSI di Mantova di karate.

Ci sembra un doveroso riconoscimento a tutti gli atleti di tutte le categorie, a **tutti** gli istruttori e al Maestro Davide Reggiani per il lavoro svolto, per l'impegno e la dedizione.

Mai come quest'anno abbiamo avuto così grandi risultati, dimostrazione di impegno, serietà e costanza.

Una piccola e informale cerimonia nelle palestre è stata un momento di grande emozione per gli atleti i quali hanno ricevuto lo scudetto di campione provinciale CSI e molti applausi.

Ma veniamo ai riconoscimenti:

**Per il Karate:** Stefan Iordachescu , Giulia Guarnieri , Beatrice Diego, Katia Surfaro, Tomamso Pini, Jason Lazzarini, Viola Gasparini, Renato Arcari, Filippo Siliprandi, Diana Luongo, Silvia Marchini, Nicole Gandini, Nora Inzoli, Marco Salami, Mattia Fasani, Beatrice Zambellini, Mariani Riccardo, Gabriel Botu, Gioia Gemma, Elisa Ngo, Fatima Ghallab, Flavio De Gennaro, Thomas Magro, Daniele De Gennaro, Chiara Martinelli, Manuel Solazzo, Alessandro Barretta, Stella Gueresi, Giulia Saccani, Pierluigi Ferrara, Daniel Treccani, Ricacrdo Tebaldini, Francesco Gola.

**Per il Kobudo:** Giulia Guarnieri, Renato Arcari, Diana Luongo, Nicole Gandini, Marco Salami, Thomas Magro, Francesco Gola.

Complimenti a tutti attendendo i campioni Regionali che si laureranno il 26 aprile prossimo a Goito!







# SUMO



Il Sumo (相撲) è probabilmente il più spettacolare sport del mondo, o almeno la forma di competizione “senza squadra” più incredibile, ed è uno degli sport da spettatore più affascinanti da guardare.

I motivi non sono molto evidenti, soprattutto quando si vede che i lottatori di Sumo (rikishi) sono tutti uomini anonimi e grassissimi. I combattimenti sono vere proprie cerimonie, con tradizioni simboliche che vengono sempre rispettate; tanto per citarne un paio: il saluto iniziale e il “lancio del sale” prima dell’incontro, un gesto propiziatorio che dovrebbe difendere da infortuni e cadute.

Tutti i rituali eseguiti prima, durante e dopo il Sumo sono strettamente collegati alla filosofia shintoista.

*La gente che ignora il Sumo non si accorge dei vari aspetti che rendono incredibile questo sport:*

1. Altri atleti (come i giocatori di tennis, di baseball o di golf) quando si incontrano per strada sembrano gente normale, mentre i lottatori di Sumo, per adattarsi allo sport, devono trasformare il proprio aspetto fisico, con aumenti di peso enormi che comportano problemi di salute negli anni successivi.
2. Nonostante le apparenze i lottatori non scherzano durante gli incontri. Il vincitore può essere determinato a tempo di record. Gli ultimi spettacoli, le finali, mostrano incontri uno dopo l’altro e regalano uno spettacolo di estrema intensità.
3. Di solito il Sumo si svolge senza armi, per cui è probabilmente il più primitivo di tutti gli sport competitivi. Il Sumo è internazionalmente una delle più grandi federazioni di, a parte quelle di lotta “professionale,” che non possono essere considerate in modo uguale.
4. Un lottatore di 120 kg sarà più grande di me o di te, ma a volte occorre che lui affronti un avversario il doppio della sua statura. È sempre formidabile vedere un lottatore più piccolo sconfiggere quello più grande.
5. Oltre agli effetti a lungo termine dell’aumento di peso, c’è anche il pericolo di subire infortuni gravi durante la lotta: se un avversario di 200 kg ti cade sulla caviglia c’è la possibilità che tu non possa più camminare.
6. La gara è intensa – anche se i lottatori sembrano grassi e lenti, sono in realtà capaci di reagire alla velocità della luce e di muoversi come rinoceronti.

Si svolgono sei tornei di Sumo ogni mese dispari in Giappone, e si alternano Tokyo ed altre città a rotazione, con il seguente programma:

**1 Gennaio** – Tokyo. **2 Marzo** – Osaka. **3 Maggio** – Tokyo. **4 Luglio** – Nagoya **5 Settembre** – Tokyo.  
**6 Novembre** – Fukuoka.

Azioni vietate nel sumo:

Colpire con la mano chiusa a pugno; colpire gli occhi con le dita; Tirare i capelli; Colpi bassi.

Un torneo dura 15 giorni (due settimane: da una domenica alla domenica di due settimane dopo).

Le gare si svolgono tutto il giorno e sono divise in varie categorie. La maggior parte della gente arriva per la categoria più alta, che viene trasmessa in televisione dalle 16 alle 18 ogni giorno, e che riceve più attenzione anche dai mezzi di comunicazione. I lottatori più forti sono delle celebrità e durante le pause dei tornei compaiono nelle pubblicità in tv, dove spesso fanno karaoke.

Le classificazioni, o livelli, dei campionati più alti di Sumo sono:

I. Yokuzuna (ce ne sono 2 o 4 a seconda delle circostanze e dei gradi. II. Ozeki (ce ne sono 2 o 4 a seconda delle

circostanze e dei gradi). **IV.** Ko-musubi (2 o 4 a seconda delle circostanze e dei gradi). **V.** Mae-gashira (28 membri divisi in due gruppi, i gruppi est ed ovest, che sono classificati ognuno dal numero 1 al 14. Nel torneo di marzo 2000, per esempio, il lottatore mongolo Kiyoku Tenho si e' classificato "Mae-gashira 2 ovest".

I membri di maku-uchi, che occupano le posizioni più basse, sono Mae-gashira 14 est e Mae-gashira 14 ovest). I lottatori cambiano con regolarità i loro gradi, con un'eccezione: una volta che il lottatore accetta il grado più alto di Yokozuna, non tornare a quelli più bassi. Nel caso perda più gare di quante ne vinca, sarà obbligato a ritirarsi. Io spesso nel Sumo faccio il tifo per alcuni rikishi preferiti, ma quando non conosco bene i lottatori tifo o per quello più piccolo o per lo straniero. Questo mia predilezione e' dovuta al fatto che proprio io sono un gaijin di 75 kilogrammi. Gli stranieri dei gradi superiori sono per lo più hawaiani o mongoli.

### **ALCUNI CAMPIONI:**

Yokozuna Akebono – a.k.a. Chad Rowen, è uno dei lottatori più alti e grandi, e sembra molto cattivo. Pesa 229 chili ed è alto 203 cm. Ha le gambe affusolate e un addome enorme – come avrebbe Wilt Chamberlain

se avesse inghiottito 50 palloni da basket. A volte il suo corpo tremendo con le braccia e le gambe lunghissime gli dà l'apparenza di un grande ragno. Utilizza troppo la tecnica di far spingere fuori dal ring i concorrenti in modo da dominarli, ed è un maestro nel modo di farli intimidire, prima della partita, attraverso il suo temibile sguardo.

Yokozuna Musashimaru – Musashimaru ha una bella faccia, ma durante la lotta non sembra sorridere mai. È forte e pesante quanto Akebono, ma sembra ancora più pesante e più vicino alla terra, come l'uomo Michelin.

Kiyokushuzan – dalla Mongolia, è un lottatore di statura media che non vince molto, ma è famoso per le sue tecniche – di tanto in tanto impiega delle mosse che non si usavano da decenni.

Kiyokutenho – anche lui dalla Mongolia, ha fatto dei begli incontri, oltre a ottenere delle vittorie inaspettate di yokozuna, però non ha ancora abbastanza esperienza per distinguersi.

Konishiki – dalle Hawaii, è stato una volta in gara per diventare yokozuna. Ha raggiunto il grado di ozeki, poco sotto quello di yokozuna, e continuava cadere fino a quando il suo peso estremo e le ferite lo hanno costretto a ritirarsi. Pesa il massimo umanamente possibile e sembra più una poltrona che un uomo.

Tanti documentari e trasmissioni TV discutono e commentano i suoi tentativi di perdere i chili, e ormai è diventato una sorta di mascotte hawaiana in Giappone. Adesso e' un bell'esempio del ex-lottatore di Sumo che ha saputo reinventarsi in numerose campagne pubblicitarie su riviste e in TV, televendite, canzoni rap, e varie apparizioni televisive. Alla maggior parte delle persone piace molto, ma altri sono stufo di vederlo sempre nelle pubblicità, e pensano addirittura che si sia venduto.

**\*\*nuovo straniero arrivato: Sentoryu\*\*** - Henry Armstrong Miller, di St. Louis, Missouri. È il nuovo straniero sul ring. Nonostante non abbia ancora raggiunto il livello più alto, a causa di varie ferite, sarà promosso in tempo perché è arrivato in cima alla seconda categoria più alta del torneo di Osaka, nel marzo del 2000. Nei gradi più bassi del Sumo, ci sono altri lottatori stranieri – da Brasile, Argentina, Russia, Corea, e Cina. Recentemente un lottatore brasiliano ha vinto il campionato per una delle divisioni più basse.

Hakuho Sho, dalla Mongolia, nato nel 1985 con il nome di Monkhatyn Davaajargal, e' uno dei lottatori di maggior successo in questi anni; e' Yokozuna dal 2007, quando aveva 22 anni, secondo mongolo a diventarlo e quarto non-giapponese di tutti i tempi. Ha debuttato nel 2001, e da allora ha vinto 10 yusho (tornei di sumo), secondo solo al rivale nazionale Asashoryu, tra i lottatori ancora in attivita'. Ha uno stile semplice ma efficace, basato su tecniche di presa e bloccaggio più che su colpi. Nel 2008 ha vinto quattro tornei su sei, nel 2009 ne ha per ora conquistato uno.



# FOTO/RICORDI



**DIMOSTRAZIONE DA LONGONI SPORT A MANTOVA CON IL GRUPPO DI MARMIROLO, NOVEMBRE 2000**

# I NOSTRI TROFEEI



**2013 WORLD CUP  
FOR CLUB KOBUDO  
PRIMI CLASSIFICATI  
VERONA US ACLI**

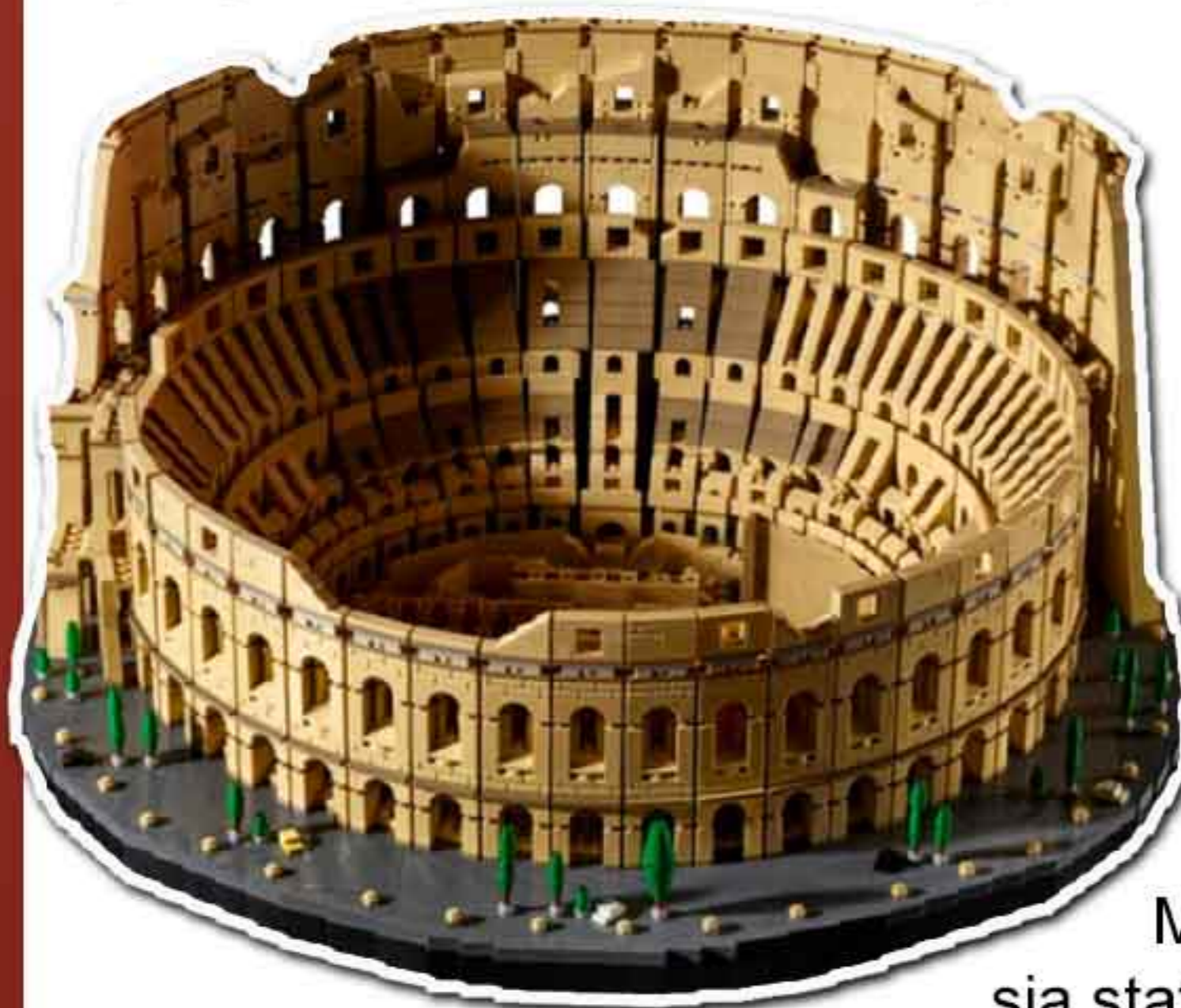


**idroterm  
serre**

progettazione e costruzione di  
**serre impianti AGRICOLTURA 4.0**

# LEGO! CHE PASSIONE

di Thomas Magro



*"Niente al mondo è in grado di superare la maestosità del Colosseo di Roma" si legge sul sito della Lego.*

Esplorando la rete mi sono imbattuto nel set Lego® più grande di sempre: il Colosseo di Roma. Proprio come è ora, con le sue parti crollate e l'aspetto del rudere immortale. Mi ha colpito per le dimensioni e per il numero dei mattoncini necessari per assemblarlo, oltre 27 cm di altezza, 52 cm di larghezza e 59 cm di profondità, per un totale di 9.036 pezzi: è uno dei più grandi set Lego® al mondo e costa davvero molto.

L'azienda danese ha sfoderato questo enorme modello da esposizione, per appassionati di architettura, di storia, ma anche delle semplici costruzioni. Poggia su una base ovale per essere apprezzato da ogni lato.

Ma attenzione: non è una riproduzione del celebre anfiteatro come si pensa sia stato all'epoca dell'antica Roma, ma una riduzione in scala di come è oggi,

completo di ipogeo, l'elaborata struttura sotto il pavimento dell'arena. È stato progetto da Rok Zgalin Kobe, l'autore del set Lego® del quartier generale delle Nazioni Unite e del Big Ben.

**FONTE:** [https://www.greenme.it/wp-content/uploads/2020/11/lego\\_colosseo1.jpg](https://www.greenme.it/wp-content/uploads/2020/11/lego_colosseo1.jpg)

Mandateci tante foto con le vostre "opere" Lego, all'indirizzo: [kmmmagazine@gmail.com](mailto:kmmmagazine@gmail.com)



**GLI AMICI DEL LEGO AUMENTANO  
SEMPRE PIÙ!  
BENVENUTA  
ALMA LUNA!**



**E BENVENUTO ANCHE  
A GIANPAOLO...  
CHE CI PORTA A  
LONDRA E PARIGI E NEW YORK**



**ALEXANDER  
CI STUPISCE SEMPRE...  
ECCOLO CON LA SUA  
FERRARI 512 M  
DEL 1970**



# LE AVVENTURE DI KAR-LOTTA

disegni:  
Alessandro Barretta

## KAR-LOTTA VA A SCIARE

venerdì in palestra a fine allenamento:



FINE

# A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

di Ilaria Truzzi e Cristina Reggiani



## YOMI-NO-KUNI E TAKAMAGAHARA, L'ALDILÀ DELLO SHINTOISMO

Abbiamo visto nel numero di febbraio il mito della creazione (se non l'avete letto vi invito ad andare a rileggere!) e se vi ricordate, abbiamo citato **Yomi** che è il luogo nel quale si ritirò Izanami, dea primordiale e sposa del dio Izanagi, dopo la sua morte. Izanagi la seguì, ma non poté salvarla perchè Izanami aveva già assaggiato il cibo di Yomi, che le impediva di ritornare sulla Terra.

### TAKAMAGAHARA

Takamagahara, o possiamo anche chiamarla Takama no Hara, è la dimora degli dei celesti. Il luogo, oltre ad essere sacro e molto venerato dai suoi seguaci, è in alcuni casi molto desiderato.

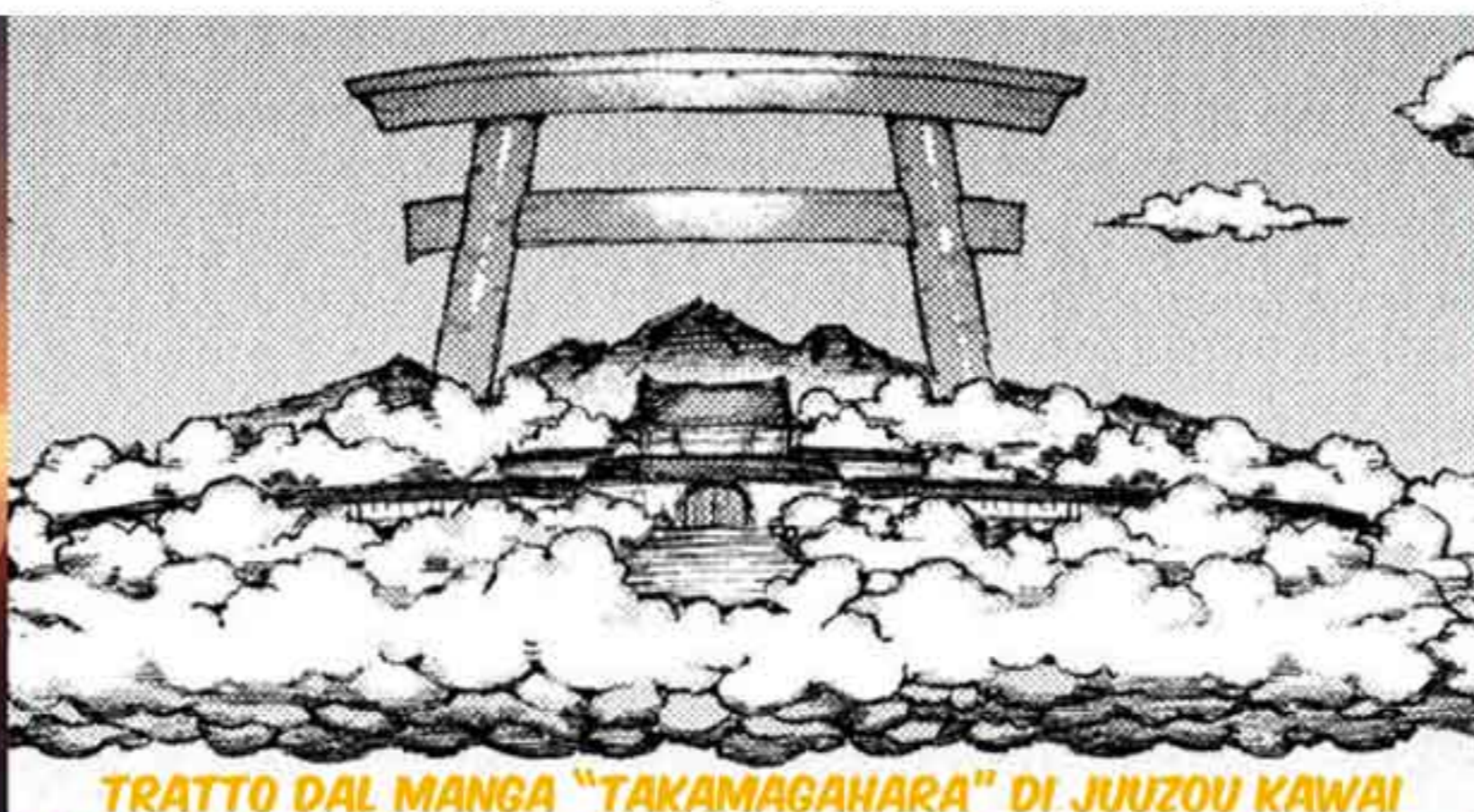


ALEX ICHIM

È come l'opposto di Yomi, i due visti dall'apparenza sono come il bene (Takama-ga-hara) e il male (Yomi). Ognuno con il suo inizio e le sue regole. Molti credono che questo mondo possa essere collegato alla Terra attraverso un ponte. L'Ama-no-uki-hashii, che significa "ponte galleggiante del paradiso". In questo caso, gli individui possono fare una breve visita sulla Terra. A differenza di Yomi, dove la sua porta è sigillata con un'enorme pietra. C'è un mito shintoista che spiega in qualche modo queste leggende. Durante il momento della creazione di ogni cosa, gli elementi leggeri e puri si sono ramificati per formare i cieli (Ame). E quegli elementi pesanti e nuvolosi si sono ramificati per diventare terra (Tsuchi). Ame divenne la dimora degli ama-tsu-kami o meglio conosciuti come gli dei del cielo. Mentre Tsuchi divenne la casa dei de-kuni-tsu-kami o possiamo chiamarli gli dei della terra.



CHRIS OSTROWSKI



TRATTO DAL MANGA "TAKAMAGAHARA" DI JUUZOU KAWAI





## **YOMI NO KUNI**

Secondo la mitologia shintoista del Kojiki, il libro più antico che si conserva sulla storia del Giappone, Yomi o Yomi-no-kuni è il nome più comune con il quale è conosciuto l'aldilà nella cultura giapponese.

La parola yomi significa letteralmente "sorgente gialla" o "sorgente sulfurea", mentre Yomi-no-kuni potrebbe tradursi come "La terra di Yomi" o, meno letteralmente, "Il Paese di Yomi".

Nel mito giapponese Yomi non viene descritto come un luogo di supplizio eterno e di torture perpetue.

Lì i defunti vagano per l'eternità vivendo un'esistenza oscura e cupa nella quale affronta momenti tristi, anche nel caso in cui la vita terrena fosse stata perfetta.

## **LA FIGURA DELLO SHINIGAMI**

Sicuramente questa parola è già nota a molti perché presente in molti anime e manga giapponesi.

Vengono però descritti in modi diversi.. la cosa certa è che sono una personificazione della morte e hanno il compito di "traghetare" le anime dalla terra dei vivi a quelli dei morti.





Il termine 死神 shinigami indica infatti la loro natura poiché il carattere 死 shi significa “morte” mentre 神 kami significa “spirito”/”dio”.

Questi spiriti non sono del tutto originari del Giappone.

Non si hanno fonti certe, ma prima del periodo Meiji (1868-1912) non si hanno tracce in nessun scritto di racconti di shinigami.

Neanche nel “Kojiki”, il racconto delle origini del Giappone, non si accenna a questo tipo di spiriti, né ad una personificazione della morte.

Si pensa quindi che siano stati in qualche modo “portati” dai primi occidentali con i quali il Giappone è entrato in contatto dal 1600 in poi.



In che modo sono stati “portati”? Semplicemente i giapponesi probabilmente hanno sentito parlare dell’occidentale Tristo mietitore.

Ma se il nostro angelo della morte è unico nel suo genere, gli shinigami condividono la stessa natura degli altri spiriti shintoisti.

Sono molteplici e il loro compito e la modalità con la quale scelgono le anime non sono ben definiti.

Forse questo fa di loro gli spiriti più imprevedibili di tutti.

La prima leggenda a parlare degli Shinigami racconta della storia di un uomo che voleva ingannare la morte.

Stanco della vita l’uomo vuole suicidarsi, ma in quel momento appare una figura misteriosa che gli dice che non è ancora arrivato il suo momento.

Lo Shinigami spiega anche che ogni vita è rappresentata da una candela e, una volta che la fiamma si esaurisce, la persona muore.

Questo dimostra che gli Shinigami non hanno alcun controllo su chi vive e muore.

Tuttavia, per evitare che l’uomo compia il suicidio, lo Shinigami lo raggira svelandogli un segreto semplice per fare soldi.

Lo spirito rivela all’uomo alcune parole magiche che, se pronunciate sul letto di morte, mandano via uno Shinigami.

L’uomo quindi finge di essere un medico, e visita i letti di morte dei pazienti usando le parole magiche per bandire gli spiriti della morte.

Un giorno, l’uomo viene chiamato in una casa per curare qualcuno.

Quando entra, vede che lo Shinigami è seduto sulla testata del letto del paziente, a indicare morte certa.

La famiglia implora il ‘medico’ e gli offre una cospicua somma di denaro.

Consumato dall’avidità, l’uomo decide di correre un rischio e, quando lo Shinigami si assopisce, cambia rapidamente l’orientamento del letto del paziente, salvandogli così la vita.

Questo gesto, però, finisce per bruciare la sua candela più velocemente del dovuto. L’uomo morirà poco dopo.

## **CURIOSITÀ** LA TETRAFOBIA

Avete notato qualcosa?

“Shi” abbiamo detto che significa “morte”.

Ma come tutti sapete molto bene, “shi” è anche il numero 4 in giapponese.

Questo vi farà ben capire come mai il numero 4 per i giapponesi (ma anche per cinesi e coreani) porta sfortuna!!!

Negli hotel in Giappone non si trovano stanze col numero 4, anche il quarto piano è bandito dai palazzi e negli ospedali. Nei pranzi matrimoniali o in altre occasioni conviviali, spesso, si evita di numerare i tavoli 4, 14, 24, ecc.

In molti complessi residenziali, i numeri civici 4, 14, 24 ecc. sono spesso sostituiti con 3A, 13A, 23A, ecc.

Guai a regalare un servizio da quattro di piatti o tazzine, o a sistemare quattro bonsai vicini in un giardino.

Si chiama tetraforbia, è una superstizione, un pregiudizio magico, nei confronti di questo numero.

# CONSIGLI DI LETTURA

di Yamamoto Tsunetomo

Yamamoto Tsunetomo

## HAGAKURE

ALL'OMBRA DELLE FOGLIE

PRECETTI PER UN SAMURAI

## Hagakure

*All'ombra delle foglie (precetti per un samurai)*

Tenendo conto di un'importantissima ricerca di un accademico degli Stati Uniti che contiene scoperte fondamentali in questo campo, Ballardini e Fichera hanno operato una profonda revisione della traduzione del testo originale, approfondendo aspetti storico-filosofici finora poco conosciuti.

In tal modo hanno trovato e corretto un mare di errori contenuti nelle più importanti edizioni italiane e inglesi dell'opera, che negli anni hanno portato a date e interpretazioni completamente sbagliate.

Questa edizione è corredata da un'eccellente introduzione storico-filologica scritta con perizia e gran preparazione. Insieme a questa c'è la più completa bibliografia esistente per chi si occupi di questi studi tanto che il testo si prepara a diventare libro di testo degli Istituti di orientalistica universitari.

L'Hagakure è uno dei capisaldi della letteratura samuraica ed è costituito da una raccolta di argomenti vari che riunisce gli insegnamenti segreti impartiti dal monaco buddhista Yamamoto Tsunetomo a un giovane samurai di nome Tashiro Matazaemon Tsuramoto.

Nonostante la sua devozione - e trasgredendo a un principio basilare del codice etico del guerriero nipponico che gli avrebbe dovuto imporre l'ubbidienza assoluta - Tsuramoto, per fortuna della Storia e nostra, non esaudì la volontà di Jocho che gli aveva chiesto di dare alle fiamme il manoscritto, pertanto le conversazioni avvenute tra il Maestro e il suo unico allievo circolarono per quasi due secoli presso dei gruppi ristretti di samurai e in seguito vennero pubblicate. Gli insegnamenti di Yamamoto Tsunetomo sono suddivisi in 11 capitoli che comprendono 1343 brani, generalmente concisi.

Apparentemente difforme e caotico per il gran numero di argomenti in esso contenuti (precetti, consigli pratici e morali, alcuni scarni dati autobiografici, citazioni e massime, riferimenti letterari, considerazioni filosofiche e religiose e resoconti epici e storici), l'Hagakure è invece redatto in modo accurato. Infatti, i temi guida di ciascun volume sono sempre trattati compiutamente e organicamente.

L'Hagakure non propone al lettore un sistema filosofico codificato, nel senso che non contiene argomenti sistematici o circoscritti in definizioni. I pensieri che vi sono espressi non sono né intellettuali né eruditi e la loro apparente mancanza di metodicità dipende dall'essere stati, in origine, delle vere e proprie conversazioni. I temi trattati spaziano dalle visioni più profonde dell'autore riguardo la "Via del samurai", agli strumenti che si devono usare nella "Cerimonia del tè" o semplicemente al perché alcune mansioni abbiano un determinato nome.



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

## 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



# LE TARTARUGHE NINJA



Nella serie le quattro tartarughe ninja sono aiutati nelle loro battaglia da una serie di alleati e insieme combattono contro decine di nemici, in molti casi mutanti ma anche alieni e altro. I protagonisti indiscussi rimangono comunque i quattro ninja con il guscio: Leonardo: leader del gruppo, usa una coppia di Katane e indossa una fascia blu. Abilissimo nelle arti marziali e molto attento al codice del guerriero; Raffaello: sbruffone e sarcastico, maestro con i Sai, i coltelli a 3 punte giapponesi. Il suo colore è il rosso. Il suo alter ego originale era rissoso, impulsivo, violento e più grande rispetto ai suoi fratelli, è il secondogenito e la sua irruenza lo ha sempre messo in competizione con Leonardo; Donatello: il genio del gruppo, ha costruito tutti i mezzi usati dalle tartarughe ninja, dal Tarta-Furgone, al Tarta-dirigibile. La sua mascherina è viola e usa il Bo, un bastone di legno; Michelangelo: ama lo skateboard, il surf e la pizza. Usa una coppia di nunchaku ed il più giovane del gruppo. Anche se adora oziare e quando può evita le lezioni del Maestro Splinter, è di buon cuore e sempre pronto ad aiutare tutti.

A guidarle c'è il loro mentore Maestro Splinter/Hamato Yoshi: screditato da Shredder è stato costretto a vivere in miseria nelle

fogne di New York dove ha trovato le tartarughe ed è stato contaminato dal mutageno.

La sua tecnica è seconda solo alla sua saggezza e ama i suoi ragazzi come dei figli.

Si aggiungeranno al gruppo anche April O'Neal: giornalista di Channel 5, intraprendente e decisa e Casey Jones: un vigilante che usa attrezzi sportivi come equipaggiamento. Porta sempre una maschera da Hockey e una sacca piena di mazze di vari sport. È molto legato a Raffaello e spesso cade in preda ad attacchi di rabbia. Shredder: Nemico giurato delle tartarughe ninja e di Splinter, è il capo del clan del piede, un gruppo di ninja che vogliono controllare il mondo. Nel fumetto originale era un killer spietato, mentre nella serie animata molto spesso diventa una macchietta comica. Oltre ai ninja del Clan le tartarughe dovranno scontrarsi con Bebop e Rocksteady: Due punk di strada diventati tirapiedi di Shredder dopo che questo li ha trasformati in mutanti, ibridandoli con un facocero e un rinoceronte. Sono parte della esagerata linea comica della serie e spesso le loro gag involontarie sono causa del fallimento di Shredder. Andando avanti con la serie arriverà un nuovo nemico, Krang: Un cervello rosa con occhi, bocca e denti affilati con due escrescenze mollicce al posto delle braccia. Non avendo gambe usa un robot dalle fattezze umane per muoversi, e la postazione di guida si trova al posto della pancia. È un alieno e il suo Techno-Drome è una nave in grado di aprire varchi dimensionali. Ma se vogliamo parlare del flop più grande delle Tartarughe ninja non ci sono dubbi, c'è solo una cosa che andrebbe totalmente rimossa dagli archivi: la serie TV "Tartarughe Ninja: l'avventura continua". Prodotta in collaborazione con la Saban, ovvero la casa di produzione dei Power Rangers e altri Super Sentai americani, questa serie tv introduceva la quinta tartaruga ninja femmina chiamata Venus in onore alla Venere di Milo, ovvero la quinta tartaruga d'acqua che era presente al momento dell'incidente con il liquido mutageno e di cui Splinter si era dimenticato. Per decenza non ne parleremo più.

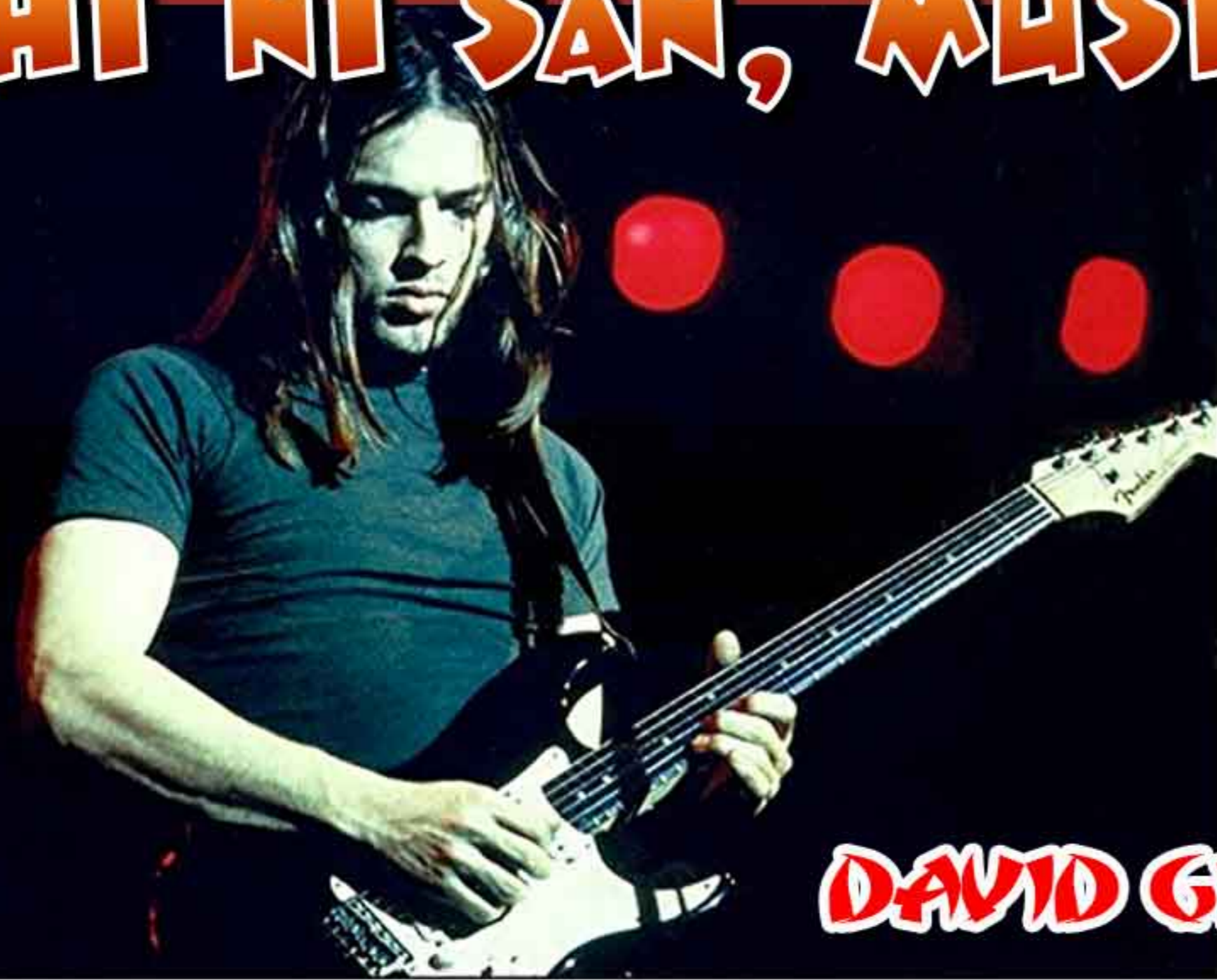
Nati dalle menti e dalle matite di due fumettisti decisamente fuori le righe in un periodo di cambiamenti mondiali e di musica punk l'11 dicembre 1987, questi quattro adolescenti mutanti anfibi hanno saputo conquistare tutto il mondo e ancora oggi ragazzi di ogni età si divertono con le loro avventure cariche di arti marziali, battute e pizza, tanta tanta pizza. Tartarughe Ninja alla riscossa è il titolo italiano del cartone animato dedicato alla quattro tartarughe più famose del mondo, le Teenage Mutant Ninja Turtles, che quest'anno compie 35 anni. Turtle power!

Il film Tartarughe Ninja può contare oltre che su un piccolo ma divertente cameo del premio Oscar Whoopi Goldberg, anche su una comparsata di Kevin Eastman, creatore del celebre fumetto.

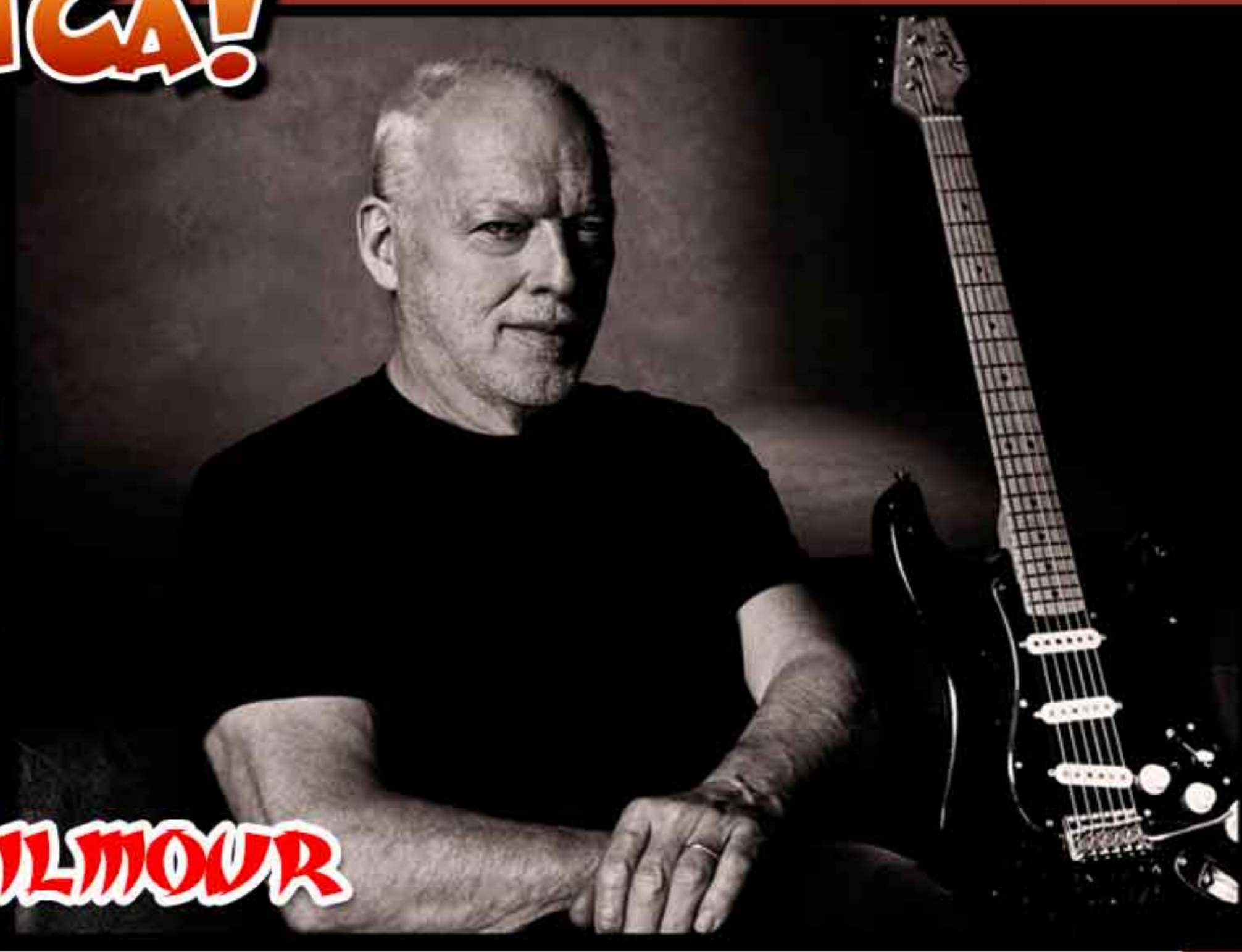
In bilico tra le distrazioni di New York e il loro dovere di paladini della giustizia, le quattro tartarughe dovranno ricordare che «il vero potere è credere l'uno nell'altro», parola del maestro Splinter.



# ICHI NI SAN, MUSICA!



**DAVID GILMOUR**



*David Gilmour ha compiuto gli anni il 6 marzo 2023, 77 candeline per una leggenda.*

David Gilmour è uno dei chitarristi più influenti della storia del rock. Il suo compleanno è stato un'occasione perfetta per festeggiare la sua carriera eccezionale e il suo contributo alla musica.

Ora ti do un suggerimento e ti propongo una sfida:

1 - ascolta la musica che ti piace ma prova a informarti un pò su quello che rappresenta e su quello che ha donato al mondo dell'arte questo immenso musicista.

2 - Per festeggiare il suo compleanno potresti costruirti con una colonna sonora composta dai suoi grandi successi e creare una playlist personalizzata con le sue canzoni per poi condividerla con i tuoi amici.

Dovrebbero insegnarlo nelle scuole...credo che la cultura musicale possa rendere il mondo un posto migliore, poi la passione è un'altra cosa....

David Gilmour è nato nel 1946 a Cambridge, Regno Unito.

È un musicista britannico, noto soprattutto per essere stato il chitarrista e voce dei Pink Floyd, band con la quale ha pubblicato album di successo come "The Dark Side of the Moon" e "Wish You Were Here".

Nel 2006, dopo lo scioglimento dei Pink Floyd, ha continuato la sua carriera solista, pubblicando album come "On an Island" nel 2006 e "Rattle That Lock" nel 2015.

Nel 2007, ha partecipato al Live Earth, un concerto globale per sensibilizzare l'opinione pubblica sul cambiamento climatico.

Nel 2008, Gilmour ha organizzato una reunion dei Pink Floyd per un concerto di beneficenza a favore del fondatore del gruppo, Syd Barrett, deceduto nel 2006.

Nel 2011, ha suonato al "Remember That Night", un concerto tributo al batterista dei Pink Floyd, Nick Mason.

Nel 2014, Gilmour ha annunciato il suo quarto album da solista, "Rattle That Lock", che ha debuttato al primo posto nella classifica britannica.

Nel 2016, ha intrapreso un tour mondiale per promuovere l'album, che si è concluso con quattro concerti esauriti alla Royal Albert Hall di Londra.

Nel 2019, Gilmour ha annunciato che avrebbe messo all'asta più di 120 chitarre, tra cui la celebre Black Stratocaster utilizzata nei Pink Floyd, per beneficenza.

La vendita all'asta ha raccolto oltre 21 milioni di dollari per organizzazioni benefiche che sostengono la lotta contro il cambiamento climatico e altre cause umanitarie.

Ecco l'elenco degli album in studio dei Pink Floyd, la base di partenza per poterli conoscere:

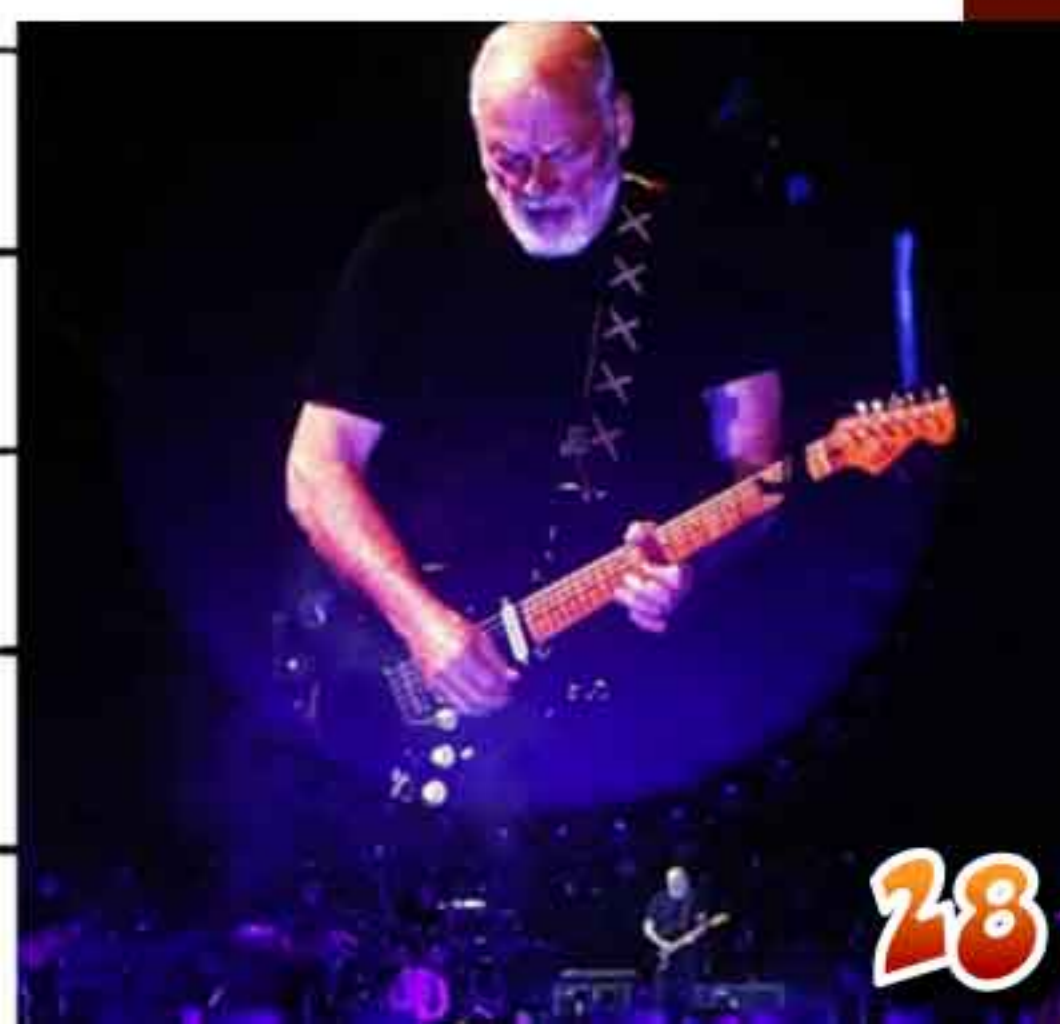
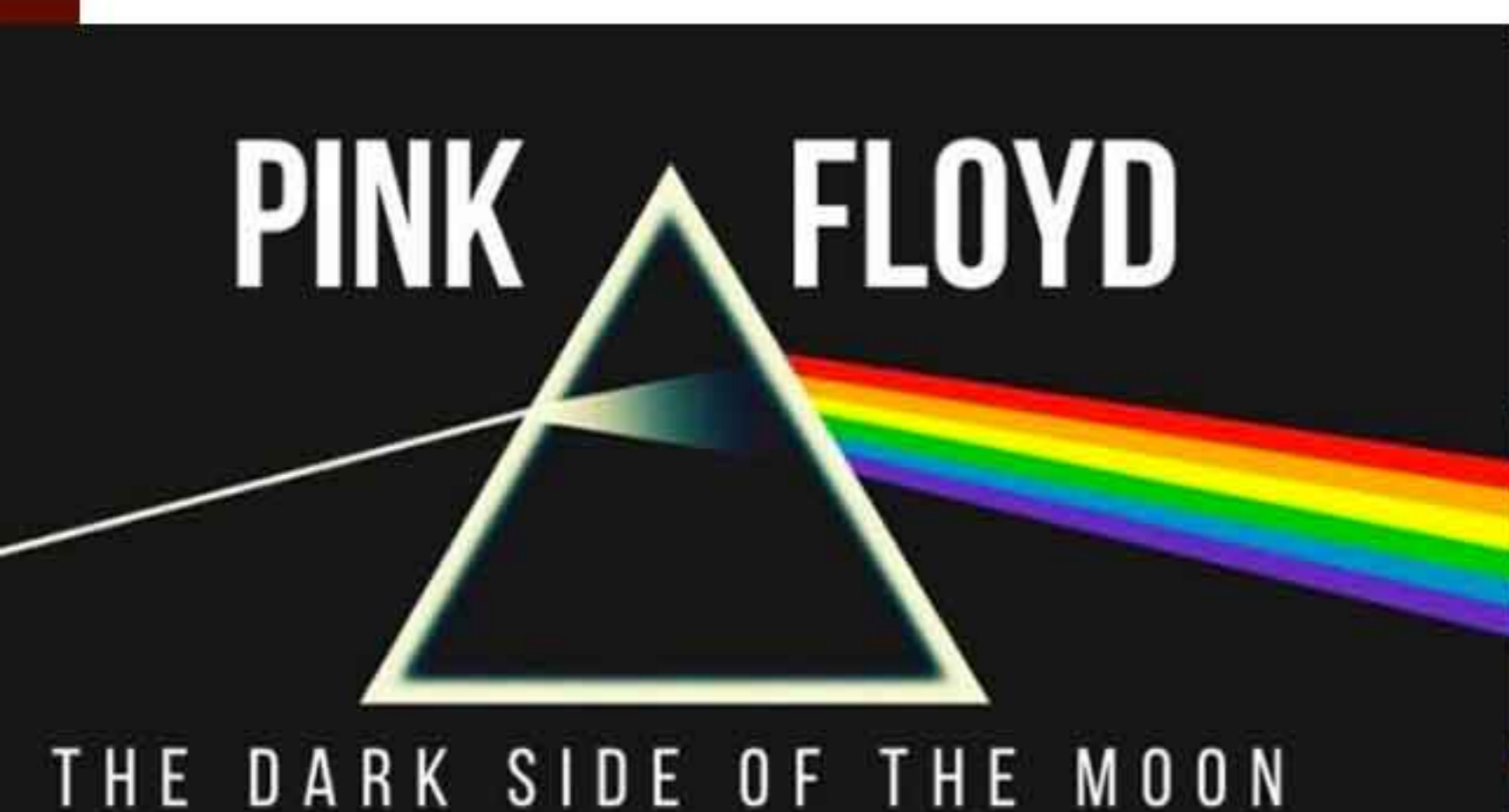
1967 – The Piper at the Gates of Dawn - 1968 – A Saucerful of Secrets - 1969 – More

1969 – Ummagumma (secondo disco) - 1970 – Atom Heart Mother - 1971 – Meddle

1972 – Obscured by Clouds - 1973 – The Dark Side of the Moon - 1975 – Wish You Were Here

1977 – Animals - 1979 – The Wall - 1983 – The Final Cut - 1987 – A Momentary Lapse of Reason

1994 – The Division Bell - 2014 – The Endless River






**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



**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



KWON

Primo Member OF  
TAFISA



## "SOLE E MARE" IL CAMPUS DI FULVIO SOLE



Fulvio Sole organizza uno stage in Liguria di 4 giorni (3 notti) dal 15 al 18 giugno. Allenamenti venerdì sabato e domenica mattina. Partenza giovedì 15 giugno. È una grande occasione di allenamento e vacanza.

Il Campus si svolgerà presso il Residence "Villa Beuca", situato in zona Cogoleto, tra Varazze ed Arenzano, il Residence ha una

straordinaria posizione interamente affacciata sul mare e abbracciato dai monti. Totalmente immerso nella natura, all'interno degli 11.000 mq del Parco del Beigua, offre una struttura di 43 appartamenti con ingresso indipendente, tra bilocali e trilocali, particolarmente indicata per il relax. Ubicato in una posizione collinare è circondato da giardini paesaggistici con una vista panoramica sul Golfo di Genova, comprende una piscina di 200 mtq, una terrazza - solarium con lettini e una palestra.

Tutte le info e i prezzi li riceverete presto nella chat di karatemantova e li troverete sul nostro magazine di maggio. Per qualsiasi info aggiuntiva Davide Reggiani 3385775667.



**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!

seguì 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

## L'ESSENZA DELLE ARTI MARZIALI



«Per cogliere l'essenza delle arti marziali occorrono  
intelligenza, lavoro assiduo e perfetta padronanza  
delle tecniche.

Per dominare un'arte marziale non sono sufficienti  
un allenamento intensivo e l'uso della forza.

È necessario "capire", e  
presupposto della  
comprensione è lo  
studio dello  
sviluppo del  
movimento naturale  
in tutti gli esseri  
viventi.

Ma è utile anche osservare  
gli altri, i modi e la rapidità  
con cui agiscono e i loro  
lati deboli.

Anzi, proprio la conoscenza  
di questi elementi  
ci consente di battere  
i nostri avversari».  
(Bruce Lee)



**NEL PROSSIMO NUMERO:**

**XXXXXXXXXXXX**

**TANTI NUOVI APPUNTAMENTI E MOLTO ALTRO..**

**Karatemantova Magazine - Nr. 35 - Aprile 2023**

**redazione e impaginazione: Vittorio Magro**

**disegni: Riccardo Tebaldini, Cristina Reggiani, Ilaria Truzzi, Lorenzo Tanassi,  
Carola Malgioglio, Alessandro Barretta - foto: Vittorio Magro, Davide Reggiani**

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