



# NOTIZIE DAL DOJO

# KARATEMANTOVA MAGAZINE

UN SALUTO AL  
NUOVO PRESIDENTE  
ANDREA ANTONELLI

A SCUOLA  
CON KARATEMANTOVA



A SCUOLA  
CON CRISTINA  
&  
ILARIA



ESAMI DI KYU



ESAMI DI DAN



CONFERMATO  
IL CAMPUS ESTIVO  
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)

**KARATEMANTOVA ASD**  
Karate Shotokan e Kobudo di Okinawa

KARATEMANTOVA - ASD  
空手道

SPECIAL OLYMPICS  
ITALIA

G.S. POLIZIA LOCALE  
RODIGO (MN)

KARATE GLOBAL  
Inclusivo Karate Kobudo

TREMA  
Traditional Educative  
MARTIAL ARTS

OKINAWA KOBUDO  
DOUSHI RENSEI-KAI  
古武道

KOBUDO

CENTRO  
SPORTIVO  
ITALIANO

**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



## UN BREVE MA INTENSO PENSIERO

Probabilmente a qualcuno non è molto chiaro.....

quindi lo spiego come lo spiegavano a me da bambino....

" Vedi quel signore con la cintura nera? Porta la cintura nera perché tu possa riconoscerlo e in caso di bisogno rivolgerti a lui, è un istruttore di karate... Un Maestro!!

Ecco questo è il concetto:

la cintura nera si indossa per servire, per difendere, per rispetto, non per essere serviti o adulati!!

Chissà se ora hai capito...mah...

M° Davide Reggiani



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

Distributore Ufficiale  
di zona

Karategi e judogi:



### MANTOVA PROMOSPORT

di Davide Reggiani

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

Materiale arti marziali - tatami - personalizzazione abbigliamento

**BARRUS** TOKAIDO

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





### SOMMARIO

- PAROLA AL MAESTRO.....PAG. 3
- BUONE NOTIZIE.....PAG. 5
- ANDREA ANTONELLI.....PAG. 6
- CAMPUS 2023 - FANANO (MO).....PAG. 8
- KOBUDO - ESAMI DI CINTURA 2023.....PAG. 9
- L'ANGOLO DELLA KATANA.....PAG. 11
- L'ARBITRO È INFALLIBILE? (KARATEKA.IT).....PAG. 13
- ESAMI DI KYU.....PAG. 14
- ESAMI DI DAN.....PAG. 17
- STORIA DEL CSI 8^ PUNTATA.....PAG. 18
- GLI STILI DEL KARATE 4^ PUNTATA.....PAG. 19
- 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 - MEMORIE DI UNA GEISHA.....PAG. 27
- ICHI, NI, SAN, MUSICA!.....PAG. 28
- CORSI.....PAG. 29
- PROSSIMI APPUNTAMENTI.....PAG. 30



CONTINUANO LE LEZIONI  
SUL GIAPPONE  
CON CRISTINA E ILARIA

IL CAMPUS 2023



## NEWS

### L'ITALIA DEL KARATE CHIUDE GLI EUROPEAN GAMES A QUOTA 7! IL DTN VALDESI: "È UN GRANDE ORGOGLIO"



Roma, 23 giugno 2023 – Seconda e ultima giornata del karate agli European Games 2023 in Polonia ed arrivano altre 4 medaglie per la nazionale azzurra che aumenta così il suo bottino finale:

**7 medaglie su 9 atleti partecipanti.**

Argenti per Clio Ferracuti e Daniele De Vivo e bronzi per Alessandra Mangiacapra e Michele Martina.

Cominciamo dalle parole del Direttore Tecnico Luca Valdesi: "Nove atleti qualificati era già un record.

Prendere 7 medaglie ci lascia davvero molto soddisfatti!

Già ieri, durante le eliminatorie, abbiamo sentito un'energia

positiva, i ragazzi erano concentrati e pronti ed hanno fatto benissimo. Non nego che siamo un po' delusi per alcune sconfitte in semifinale e in finale, nonostante abbiano portato le medaglie di bronzo e d'argento.

Questo tipo di gara, con le pause, ci ha probabilmente portato a perdere qualcosa nelle fasi finali e nelle semifinali.

Qui la pressione è molto forte, la presentazione dell'atleta è emotivamente molto forte.

Può essere, nonostante la grande esperienza dei nostri atleti, che abbiano sentito un pochino la pressione.

Rimane il fatto che 7 medaglie sono un risultato che definire ottimo sarebbe riduttivo.

È il miglior risultato di sempre ottenuto ai Giochi Olimpici Europei.

È un grande orgoglio per me, per i tecnici e per il Vicepresidente Benetello".



# BUONE NOTIZIE

# CONGRATULAZIONI!!



Un grande applauso alla Nostra atleta Giulia Saccani che si aggiudica ufficialmente il grado di allenatore/tecnico e ai Nostri Nuovi "Maestri" Maurizio Rossato ed Emanuele Tombolato.



Concluso il corso di gio-karate a Marmirolo il 30 maggio 2023 con la consegna dei diplomi e medaglie di partecipazione ai piccolissimi di Karatemantova.

Il Corso seguito da Daniela, Cristina e Nicole ha promosso: Davide Meliante, Samuel Meliante, Pietro Franciosi, Alessandro Zangrossi e Maddalena Barbieri.

Complimenti a tutti!

Arrivederci a Settembre!!

## PARATA DI SPORTIVI A MARMIROLO



Anche a Marmirolo sventola bandiera arancioblu del CSI grazie a Karatemantova presente a "Marmirolo Paese in Festa". Domenica 18 giugno una piccola delegazione di atleti ha sfilato con le bandiere della società e del CSI per le vie del paese insieme a tutte le realtà sportive marmirolese accompagnate da una banda molto folk.

Un modo per continuare a dire che Karatemantova dopo continuerà la propria attività anche nella prossima stagione alla palestra delle Scuole medie di Marmirolo.

Presente il neo eletto Presidente Avv. Andrea Antonelli, l'Assessore alla sport Elena Betteghella e l'instancabile Direttore tecnico M° Davide Reggiani insieme agli istruttori Ilaria Truzzi e Nicole Gandini.

più di 20 anni

# ANDREA ANTONELLI

UN OMAGGIO AL NOSTRO NUOVO PRESIDENTE

*Cosa dire del neo Presidente eletto Andrea Antonelli? Succede innanzi tutto al M° Daniela Braglia, 5° dan di karate, primo Presidente fondatore di Karatemantova dal 2005 a cui vanno tutti i ringraziamenti per aver fatto nascere e crescere questa gloriosa società. Andrea Antonelli, oggi Avvocato, approda a Karatemantova quando ancora eravamo "Polisportiva Soave '90". All'epoca, Andrea, aveva la cintura arancione conseguita da ragazzino a Marmiolo. Oggi riveste il grado di 4° Dan .*



Nella sua carriera marziale pratica anche kobudo di Okinawa e segue, con il M° Reggiani, la palestra di Mantova. Nel consiglio direttivo precedente, essendo un Socio Fondatore, rivestiva la qualifica di segretario. Ha il titolo di Istruttore Tecnico nonché di Formatore territoriale per la parte giuridica ovviamente. Disponibile sempre e anche estremamente pronto a mettersi in gioco.

Il suo modo di insegnare in palestra sicuramente rispecchia gli ideali della Società mettendo al primo posto i bambini e i ragazzi.

Una figura indispensabile per la nostra Società sportiva.

Ora, nel ruolo di Presidente, sicuramente riuscirà a guidare al meglio questo grande Team coadiuvando il lavoro del Vicepresidente e Direttore Tecnico M° Davide Reggiani oggi 8° Dan di karate e 4° dan di Kobudo.

Di tempo ne è passato dal 23 aprile 2005 quando nella trattoria "4Strade" alcuni karateka fondarono Karatemantova:

Daniela Braglia, Reggiani Davide, Zaira Gerevini, Matteo Torosani, Gianluca Balasina e appunto Andrea Antonelli. Ma l'entusiasmo e la voglia di fare sono immutati anche dopo la pausa pandemica.

Oggi il nuovo direttivo è formato dal Presidente Avv. Andrea Antonelli dal Vicepresidente e Direttore tecnico Davide Reggiani e dai Consiglieri Vittorio Magro, Massimo Zambellini, Nicola Bonardi, Katia Surfaro e Daniel Treccani.

Un augurio a tutti di lavorare in tranquillità... forse un avvocato alla guida può essere proprio un valore aggiunto in un contesto di riforma dello sport che dal 1°luglio entrerà in vigore.



# KARATEMANTOVA CAMPUS 2023

HOTEL PINETA FANANO (MODENA)



Dal 31 agosto al 3 settembre saremo immersi in questa nuova avventura, Anche in questo 2023 siamo riusciti ad organizzare il Campus di fine estate di Karatemantova.

Il luogo prescelto è Fanano, in provincia di Modena e ci troveremo tutti presso l'Hotel Pineta.

L'Hotel Pineta è stato recentemente ristrutturato, senza barriere architettoniche e con interventi in legno e pietra tipici della zona. La gestione familiare, caratterizza l'albergo a tre stelle, per la cordialità del trattamento e, soprattutto per la passione delle cuoche nella preparazione dei menù tradizionali. L'Hotel Pineta si trova a due passi dall'antico centro storico di Fanano, un paese situato nell'Alto Appennino Tosco-Emiliano, alle pendici del Monte Cimone. Fanano si trova ad un'altezza ideale, ovvero 700 metri sul livello del mare, ed inoltre percorrendo pochi Km si raggiungono i 2000 metri di quota.

#### *ristorante*

Nella luminosa ed ampia Sala Ristorante potrete verificare direttamente la passione delle nostre cuoche e la simpatia e cortesia del servizio ai tavoli per indimenticabili momenti, anche golosi.

#### *spazi verdi*

L'Hotel Pineta è circondato da un giardino molto curato in ogni minimo dettaglio. Inoltre dalla struttura si accede direttamente ad un'ampia pineta, la quale permette sia attività motorie e giochi di gruppo, che momenti di meritato relax.

#### *biker in libertà*

15 percorsi Cross Country e 16 Free Ride alla portata di biker esperti e principianti. Grazie a una ricca rete di percorsi, principalmente su sentieri e solo in piccola parte su strade sterrate, si raggiungono facilmente lo spartiacque tosco-emiliano che offre panorami mozzafiato.

# UnipolSai

ASSICURAZIONI

Divisione **LA PREVIDENTE** **LP**

di Bottini Andrea

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



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



# ESAMI DI KOBUDO

古  
武  
道  
KO  
BU  
DO



**...un altro bel passo avanti per la squadra di kobudo di Karatemantova**

A fine giugno si sono tenuti in palestra a Mantova e a Sustinente gli esami di cintura per la squadra di kobudo di Karatemantova e il recupero di alcuni esami di kyu per il karate.

Segnate da buone prestazioni, queste giornate di esami, ci permettono tranquillamente di affermare che il karate è una certezza per i risultati dei ragazzi e che anche il kobudo è nettamente in crescita.

I ragazzi e le ragazze di Karatemantova hanno dimostrato impegno e si sono conquistati il passaggio di cintura eseguendo fondamentali e kata in modo più che soddisfacente.

Per quanto riguarda il kobudo il lavoro è ancora agli inizi, ci sarà da applicarsi per continuare a crescere e migliorare, ma questa è sicuramente la direzione giusta!

Piccola ciliegina sulla torta è stata la "pizzata" del dopo esame per la parte mantovana di città.

Lo scorso anno aveva partecipato un esiguo numero tra genitori e atleti, questa volta invece è più che raddoppiato, una quarantina i partecipanti che si sono seduti a tavola per passare una serata dimostrando interessi comuni.

Anche questo è KarateMantova, una grande famiglia unita, genitori, figli, allenatori e Maestri.

Avanti così!!





**KARATEMANTOVA  
KOBUDO**

info@karatemantova.it  
tel. 338 5775667

Come accennato all'inizio  
anche i recuperi di esami  
di kyu hanno portato  
ottimi risultati,  
facciamo un grosso  
applauso ai nostri  
atleti che hanno  
passato l'esame,  
complimenti a tutti.



OTTICA  
L'OCCHIAIALE

*di Sarzi Puttini Luca*

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

# L'ANGOLO DELLA KATANA

2ª PUNTATA

アイド

## IL BOKKEN - LA SPADA DI LEGNO



Muso Gonnosuke Katsuyoshi è il fondatore della scuola di jodo Muso Shinto Ryu, ma nemmeno di lui si conosce molto. Si crede che sia l'inventore del jo, il bastone da combattimento di 4 shaku e 8 bu (circa 128 cm) ben noto anch'esso ai praticanti di aikido. Si dice che ebbe l'intuizione di accorciare il bo, un bastone dritto lungo 6 shaku (180 cm) ottenendone un'arma ben più maneggevole e micidiale.

Ebbe un primo duello con Musashi in epoca e località imprecisate, secondo alcuni armato di bokken, secondo la maggior parte delle fonti utilizzando il bo, e venne sconfitto. Musashi bloccò la sua arma utilizzando le due spade incrociate a formare una x, una tecnica chiamata in giapponese jujidome (il numero 10, juji, rappresentato con un ideogramma simile ad una croce, è l'equivalente del nostro x).

Va precisato per completezza di informazione che nella panoplia del samurai esisteva già un'arma paragonabile al jo; si chiamava yarite e consisteva in una lancia più corta del consueto, da utilizzare prevalentemente per combattimenti in luoghi ristretti. Erano infatti armati di yarite molti dei 47 ronin già appartenuti al clan degli Asano che in una fredda notte del dicembre 1702 (gennaio 1703 secondo il nostro calendario) assalirono la dimora fortificata in cui si era rifugiato il signore di Kira, causa della rovina del loro feudo e della morte del loro signore Asano Takumi no kami. Tornando alla storia di Gonnosuke Katsuyoshi, si vuole che si sia ritirato nel tempio di Shinto, da cui poi prese il nome la sua scuola, per seguire delle pratiche ascetiche al termine delle quali avrebbe intrapreso un lungo musa shogyo, pellegrinaggio marziale senza meta per

incontrare gli esponenti delle maggiori scuole di spada e confrontarsi con loro.

In circostanze sconosciute, le prime cronache che ne fanno menzione risalgono al Kaijo Monogatari, che venne compilato solamente dopo la metà del XVII secolo, sarebbe avvenuto un secondo duello con Musashi, da cui Gonnosuke uscì vittorioso grazie all'uso del jo. La sua scuola, Muso Shinto ryu, ancora oggi si basa soprattutto sull'utilizzo del jo per difendersi da un attacco di spada.

Ne ripareremo ovviamente quando tratteremo del jo. Va da sé che non fu certamente Tsukahara Bokuden ad inventare il bokken. Appare irrealistico credere che in un paese con una tradizione marziale già millenaria all'epoca di Tsukahara - cioè nel XVI secolo - nessuno avesse ancora pensato di allenarsi con un bastone di legno robusto che riproducesse grosso modo la forma, l'equilibrio ed il peso di una spada, come il rudis utilizzato nel Campo di Marte della Roma arcaica, diversi secoli a.C., per addestrare i coscritti. Publio Vegezio Renato nel tardo testo Epitoma rei militaris, risalente al V secolo d.C., afferma: "Gli antichi, come si trova nei libri, in questo modo esercitavano le reclute. Preparavano scudi di vimini arrotondati come canestri, fatti in modo da pesare il doppio dello scudo pubblico.

Ugualmente affidavano alle reclute spade di legno pesanti il doppio di un gladio. "Quindi la risposta più verosimile che si possa dare sull'origine del bokken è che essa si perde nella notte dei tempi.

Secondo ulteriori fonti Bokuden avrebbe introdotto non il bokken ma lo shinai: la spada

lamellare di bambù utilizzata nella pratica del kendo. Il suo scopo sarebbe stato quello di evitare i numerosi incidenti, anche gravi, causati dall'uso del bokken.

Ma sembra che sia stato in realtà Yamada Heizaemon o forse ancora suo figlio Naganuma Shirozaemon Kunisato (1688-1767), parliamo quindi di circa 200 anni dopo.

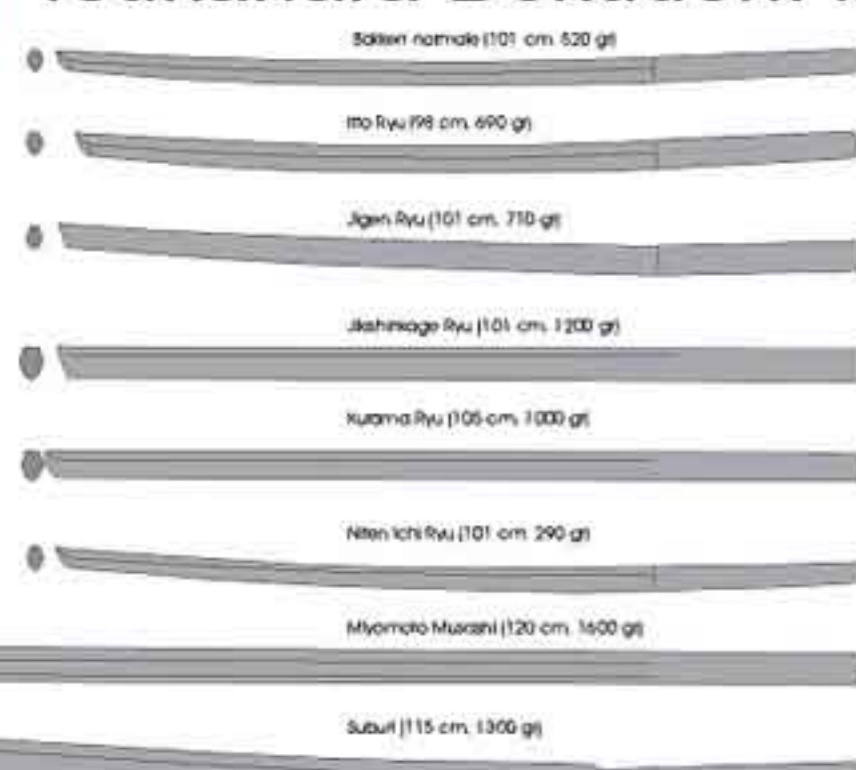
Di sicuro Yamada che, partendo dall'amalgama di Kashima Ryu e Shinkage Ryu insegnato da Bokuden sotto il nome di Kashima Shinto Ryu ed adattandolo al suo sentire aveva creato la scuola Jikishin Kage Ryu, scriveva:

*"Per giungere ad una comprensione effettiva del combattimento mortale è necessario che entrambi gli adepti indossino do, men, kote e altre protezioni, e formino se stessi [evitando] la confusione generata dall'ingaggiare combattimenti senza alcuna regola".*

Il do è una armatura protettiva in lamine di bambù rivestite di cuoio che protegge dal colpo all'addome, il men è un casco di protezione munito di griglia, che scende a proteggere anche la gola; i kote sono guanti che proteggono anche il polso. I colpi ammessi nel kendo sono tre fendenti, men al capo, kote al polso, do all'addome e un affondo, lo tsuki diretto alla gola. Nel testo di cui dispongo, in inglese, appare la parola through (attraverso, per mezzo di); il senso della frase sembra però opposto, e propongo la parola [evitando]. Già nei primi tornei affrontati da Tsukahara Bokuden, in età molto giovane, si menziona espressamente l'uso del bokken: nella finale del torneo tra i campioni dell'est che si tenne nel 1511 il maestro Matsumoto gli spezzò il bokken con un colpo, e Tsukahara chiese il ricorso al corpo a corpo finendo per avere la meglio. Quello utilizzato in epoca antica non era probabilmente un bokken come quelli che siamo abituati a vedere oggi: era raro l'uso della katana, generalizzatosi solo a partire dal 1600, e le spade da allenamento



avrebbero con ogni probabilità tentato di emulare piuttosto il tachi, arma piú lunga della katana perché generalmente utilizzata a cavallo. Ne troviamo conferma anche dal nome di una delle scuole studiate da Tsukahara Bokuden: il Kashima no tachi.



Il bokken utilizzato da Bokuden era per quanto ne sappiamo praticamente dritto e molto robusto, mentre oggi si utilizzano nelle scuole derivate dai suoi insegnamenti vari tipi di armi da allenamento ma tutte di peso e dimensioni nella norma, e molte delle sue tecniche erano originariamente destinate a guerrieri coperti da pesanti armature che affrontassero avversari ugualmente in assetto di battaglia. Bokuden visse infatti nel periodo dei Regni Combattenti, uno dei piú infuocati della storia del Giappone, pertanto le sue tecniche miravano particolarmente all'efficacia sul campo di battaglia o nelle sfide all'ultimo sangue. Lui stesso sostenne 37 duelli, vincendoli tutti ed uccidendo 17 dei suoi avversari. Ulteriori conferme vengono dalle insolite - per noi - lunghezze dei bokken di Miyamoto Musashi (che vince 64 duelli uccidendo la metà circa dei suoi avversari, utilizzando quasi sempre il bokken) e Muso Gonnosuke.

Un bokken di Musashi, la cui replica figura nel catalogo della Tozando, arrivava a 130 cm.

Il bokken "moderno" nasce sul finire del 1600, quando lo Shogun emanò alcune direttive dirette alla standardizzazione delle armi; emula il tipo di katana chiamato kanbun-to dal nome dell'epoca Kanbun in cui ne vennero definiti i parametri. La "lama" è lunga 2 shaku e 4 bu; lo shaku (piede) corrisponde a 30,3 cm ed il bu è un suo decimale, la misura corrisponde quindi a circa 72 cm, misurati sulla linea che va dalla estremità della punta all'estremità del manico.

Questo tipo di bokken è leggermente koshizori cioè con curvatura maggiore nel primo terzo della lama a partire dal manico, e con raggio di curvatura medio.

Oltre a questa tipologia di bokken che potremmo definire di uso generico, molte scuole di kenjutsu tradizionale hanno conservato l'uso di tipi particolari di bokken. Il loro peso va dai 600 gr scarsi nelle scuole in cui si privilegiano i movimenti rapidi e le tecniche dinamiche ai 1200 delle scuole che preferiscono una maggiore conformità al peso reale di una spada da combattimento.

Va ricordato infatti che nemmeno gli iaito, spade prive di filo ed in lega di zinco utilizzate per la pratica nel dojo, superano normalmente i 900 gr; e anche gli shinsakuto - spade costruite in acciaio ai tempi odierni ma secondo gli antichi canoni, però destinate agli allenamenti - arrivano difficilmente al peso di una spada da combattimento, che andava mediamente dai 1200 ai 1500gr.

...continua...

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

居合道



## TATTOO YOU

Vnguyen

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



# L'ARBITRO È INFALLIBILE?



Karateka.it

TANTI STILI UN UNICO SITO

Articolo pubblicato per gentile

concessione del sito: <https://www.facebook.com/karateka.it>



## NO!



*Tutti sappiamo che gli arbitri possono sbagliare! Ma siamo sicuri che contestarlo e attribuirgli il motivo della sconfitta sia educativo?*

Innanzitutto, raramente un errore arbitrale è decisivo per la sconfitta!

Non siete d'accordo lo so, ma provate a vederla in un'ottica differente:

Il bambino apprende che la competizione (ludica o agonistica) è un momento di confronto, dove il confronto con l'altro ci permette di valutare i nostri miglioramenti, confrontarsi con i nostri limiti e definire le nostre capacità.

**Competizione vs Competitività** - *La competizione: quando vincere è l'unica cosa che conta!*

La competizione è definita come la pressione a raggiungere un certo obiettivo/risultato, che un individuo sviluppa verso altri individui, che ritiene al suo stesso livello di preparazione fisica, tecnica, cognitiva o conoscitiva. È alla base della teoria evoluzionistica di Darwin.

Ma oggi non ci sono pericoli di sopravvivenza, lo sport è un terreno competitivo dove le condizioni di lotta per la sopravvivenza sono scese dal piano reale al piano simbolico. La competitività, invece, è la tendenza individuale a impegnarsi a fare del proprio meglio per prevalere sugli altri; in poche parole, lo sforzo che l'atleta fa per vincere ma che non necessariamente si sviluppa in ogni atleta in ugual misura.

*Ok, definita la nostra posizione sul valore del competere, siamo sicuri che destinare ad altri la colpa dei nostri insuccessi sia la strada migliore?*

Troppe volte si esce dal Tatami sbraitando "avevi vinto, non capiscono nulla..."

*Perché l'arbitro deve avere "sempre" ragione?*

1) L'arbitro è un autorità ed il suo rispetto è un dovere da cittadino civile. Non è forse un nostro compito quello di educare ragazzi che siano dei buoni cittadini?

2) Giustificare gli insuccessi destinando le colpe ad altri non è forse la migliore strada per generare eterni scontenti, persone pronte alla critica dell'autorità e mai autocritici.

3) Siete sicuri di riuscire ad allenare, cercando di migliorare, un atleta che è convinto di non avere in mano il potere della vittoria e della sconfitta?

Quest'ultimo punto necessita di due righe in più: Il tecnico allena l'atleta a competere.

Togliamoci per un attimo dal ruolo di educatore e di Sensei, dove è implicito che la formazione del discente sia di tipo olistico;

Quindi l'allenamento è il mezzo con il quale raggiungere il nostro obiettivo, cioè vincere! (escludiamo la versione del competere che dovrebbe eliminare il problema alla radice);

L'allenatore (coach o maestro come preferite) chiede all'atleta continui sforzi, fisici, tecnici, tattici per migliorare il valore da esprimere in gara.

Poi in gara la colpa dell'insuccesso è dell'arbitro. Quindi l'atleta assocerà lo sforzo dell'allenamento ad un inutile lavoro che verrà demolito dai signori in giacchetta.

Perdo per colpa dell'arbitro → mi alleno per migliorare e vincere → perdo per colpa dell'arbitro → perché mi alleno?

Ed ecco il danno! Non solo come atleta (sicuramente destinato a smettere di competere e forse di praticare) ma anche come persona: E' inutile impegnarsi tanto non verrà ripagato.

Sono esempi noti a tutti gli abbandoni nelle società dei tecnici "è sempre colpa dell'arbitro"

Allora dobbiamo subire gli errori arbitrali?

No! Dobbiamo intervenire come tecnici per tutelare i nostri atleti. Ma in modo professionale.

Chiedendo spiegazioni, ponendosi correttamente e uscendo dalla conversazione con una bella stretta di mano.

Non sarà servito ad ottenere giustizia ma servirà all "uomo" arbitro a riflettere sull'accaduto e probabilmente a non commettere di nuovo lo stesso errore.

E cosa diciamo agli atleti?

Cerchiamo di capire perché si è perso, insieme, cosa non ha funzionato, perché quella tecnica per noi valida non è stata assegnata. Cerchiamo la soluzione per correggere il problema e poi sotto con gli allenamenti.

Se poi l'errore del giudice è stato determinante (riflettiamoci bene prima di definirlo tale) diciamolo pure, ma cerchiamo sempre un modo per far sì che questo non si ripeta e soprattutto che la soluzione sia nelle nostre mani! Ricordiamoci che facciamo Karate.

**Per lamentarsi degli arbitri e polemizzare esistono già gli altri sport!**

# ESAMI DI KYU 2023



**UN 2023 RICCO DI EMOZIONI, CONCLUSO NEL MIGLIORE DEI MODI...**



**"Non pensavo che oggi mi avrebbero dato la cintura arancione, ma pensavo la gialla/arancio" .....**

Bellissima giornata di esami oggi, emozioni, paure e ansie per i bambini, ragazzi e adulti di Karatemantova. Per chi insegna le difficoltà ogni anno sembrano aumentare.. la colpa non è di nessuno.. ma ci dobbiamo confrontare non solo con quello che è l'apprendimento a livello pratico.. ma sempre più con tutto quello che c'è attorno a noi... Perché sì, ogni bambino, ma anche ragazzo e adulto, ha il proprio carattere, le proprie paure, ansie, difficoltà a livello motorio..e tanto altro.. bisogna capirli, ascoltarli, aiutarli... la loro crescita nel karate deve andare di pari passo con la loro crescita interiore.. autostima, fiducia, sicurezza, rispetto..

È semplice? No e non lo sarà mai.. ma dobbiamo fare del nostro meglio per accompagnarli anche solo 2 ore a settimana in quello che può essere il meraviglioso mondo del karate.. e far capire loro che non si tratta solo di apprendere tecniche e migliorare nella pratica.. solo così potremo crescere anche noi, e potremo dire di essere stati almeno un pochino i loro insegnanti di karate..

(non per niente le regole del Dojo Kun non fanno mai riferimento a quella che è la tecnica..)

## HITOTSU:

- 1) JINKAKU KANSEI NI TSUTOMURU KOTO "Impegnati a raggiungere la perfezione del carattere"
- 2) MAKOTO NO MICHIO MAMURU KOTO "Persegui la strada della sincerità"
- 3) DORYOKU NO SEISHIN O YASHINAU KOTO "Rafforza instancabilmente lo spirito"
- 4) REIGI O OMONZURU KOTO "Osserva un comportamento impeccabile all'insegna del rispetto universale"
- 5) KEKKI NO YU O IMASHIMURU KOTO "Acquisisci con coraggio, il controllo sul tuo spirito istintivo"

Congratulazioni a tutti siete stati davvero bravissimi prima di tutto perchè avete avuto il coraggio di affrontare anche questa giornata così temuta ma che vi ha sempre fatto brillare gli occhi ogni volta che in palestra si nominava la parola "esami".. oltre che a un nuovo grado o una nuova cintura, avete fatto un passo avanti verso la vostra crescita interiore e i vostri istruttori e maestri sono davvero fieri di questo vostro percorso!











# ESAMI DI DAN 2023

Giornata di grandi soddisfazioni a Tregnago quella dell'11 giugno dove finalmente tanti karateka hanno potuto fare un salto di livello. Certo è che il salto si fa in palestra con una costante preparazione ed allenamento e il momento dell'esame non è che il coronamento dell'intenso lavoro fatto precedentemente.

Quest'anno una sessione d'esame allargata con la palestra Shin gi kai di Roma del M° Cicchinelli che con alcuni allievi ha affrontato viaggio ed esami con il CSI di Mantova.

Ansie, paure ed emozione hanno aleggiato da subito nella palestra con i tatami a terra diligentemente preparata dall'US Tregnago.

La Commissione d'esame del CSI Mantova e CSI Lombardia composta dai Maestri Davide Reggiani, Roberto Zanini, Romano Orlandi e Pietro Righetti ha lavorato alacremente per oltre tre ore senza sconti e alla fine si sono diplomati con il 1° Dan Alida Casarotto di Karatemantova, Andrea Donca e Simonetti Valerio della Shingikai, Marchi Alessia e Channab Naijlaa dell'US Tregnago ; 2° Dan per Desideri Claudia di Shingikai e Gaole Stefano dell'US Tregnago; 3° Dan per Luca Somma di Karatemantova e Petterlini Beatrice e Gioia Chiara Mattuzzi dell'US Tregnago; 4° Dan per Antonelli Andrea e Giaron Manuele di Karatemantova e Korbi Saimir del'US Tregnago e 5° Dan per Mauro Cicchinelli di Shingikai e Dal Ben Marco dell'US Tregnago.

Ciliegina sulla Torta il riconoscimento da parte di WMAC Europa per il 5° Dan di Daniela Braglia, il 7° Dan del M° Piero Righetti e l'8° Dan del M° Davide Reggiani.

Una festa per tutti conclusasi a pranzo tutti insieme per festeggiare questo riuscito evento.

Ora.. buona estate e buon lavoro a tutti i nuovi Dan!



## L'ASCESA DI ALDO NOTARIO E LE CELEBRAZIONI PER IL VENTENNIO DEL CSI

Il 1965 rappresenta un'altra tappa importante nella storia del CSI; si celebra l'VIII Congresso nazionale sul tema "Vent'anni di sport per una società nuova", durante il quale il prof. Aldo Notario diventa Presidente

Nazionale, restando in carica per ben 25 anni. Notario fa parte della prodigiosa generazione di giovani intellettuali della Gioventù Italiana di Azione Cattolica piemontese, cresciuto nell'Oratorio salesiano di Via Caboto a Torino assieme a personaggi come Carlo Carretto, Leopoldo Saletti ed Enzo Garabello. Portato a Roma assieme a Carretto da Luigi Gedda come dirigente nazionale della GIAC, fu poi spostato al CSI, in crescente ascesa, dove divenne Vice Presidente nazionale nel 1958. Due anni dopo, Luigi Gedda, che non raccoglieva la simpatia del nuovo Papa Paolo VI fin dai tempi in cui Mons. Montini era Sostituto alla Segreteria di Stato Vaticana, lasciò il CSI; dopo le brevi presidenze di Silvio Bettocchi e Paolo De Sandre, fu la volta della elezione di Notario.

Oltre ad avere dedicato il tema del Congresso nazionale 1965, la Presidenza Nazionale del CSI volle ricordare i venti anni dalla sua (ri)fondazione, con una particolare cerimonia che ebbe luogo il 19 novembre 1965 a Roma, nell'Auditorium Pio XII in via della Conciliazione, alla presenza di autorità religiose, civili, sportive e di una rappresentanza di "azzurri" ex atleti del CSI. La sorpresa più gradita dell'incontro fu senza dubbio la presenza del Presidente del Consiglio, Aldo Moro, tanto più significativa in quanto egli era corso alla cerimonia del CSI subito dopo un impegnativo discorso al Senato. Erano presenti, inoltre: il Cardinale Enrico Dante, ex sportivo praticante; i ministri Giulio Andreotti ed Emilio Colombo; il presidente del CONI Giulio Onesti e l'assistente generale dell'Azione Cattolica Italiana, mons. Franco Costa. Alle parole commemorative del nuovo presidente nazionale CSI, Aldo Notario, fecero eco: l'avv. Onesti che ha messo in risalto il grande contributo dei cattolici e del CSI per la diffusione della pratica sportiva, delle strutture, della coscienza e della politica dello sport italiano; mons. Costa che accennò ad alcuni aspetti dell'azione pastorale del CSI, anticipatori delle direttive della Chiesa del Concilio; il ministro Andreotti che, a nome anche dell'on. Moro, porse al CSI i complimenti del Governo per l'azione svolta a favore della gioventù italiana. Motivo di particolare gradimento fu la presenza degli "Azzurri" CSI invitati: il calciatore Paolo Barison, il cestista Gianfranco Bertini, il pattinatore Giuseppe Cantarella, il tennista Gaetano Di Maso, il ciclista Felice Gimondi, il pallavolista Alessandro Grassellini, il nuotatore Fabrizio Nardini, lo sciatore Franco Nones, l'atleta Alfredo Rizzo, ai quali venne consegnata una medaglia ricordo.

**CONTINUA...**



**LSStudio, nuova regia, nuove sale**

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

**contattateci per preventivi e info 3488504770**

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

## SHITO-RYU (MAESTRO KENWA MABUNI)

### Maestro Kenwa Mabuni

Storia e origine dello Shito-Ryu. Molti dei famosi Karate-ka, o Bushi, come venivano chiamati a Okinawa, sperimentarono e svilupparono le loro conoscenze in province come Shuri, Naha e Tomari, ma a differenza del Judo e del Kendo, il Karate era un'arte "segreta", sconosciuta al grande pubblico. Fino al 1907 non esisteva un chiaro metodo di insegnamento del karate, solo fino a quando Yasutsune Itosu di Shuri e Kanryo Higaonna di Naha (entrambi sono considerati oggi come due dei più influenti maestri del karate di Okinawa) ottennero un buon seguito di studenti per entrambi i propri stili si cominciò ad avere una "metodologia di massa".

Kenwa Mabuni, che aveva studiato da entrambi i maestri Yasutsune Itosu e Kanryo Higaonna, ha ideato e fondato la scuola Shito-Ryu..

Nato a Shuri, (Okinawa), il 14 novembre 1889, Kenwa Mabuni era discendente di un famoso samurai (17° generazione) di nome Onigusuki. Mabuni era profondamente consapevole di cosa avessero realizzato i suoi coraggiosi antenati e, volendo superare le precarie condizioni di salute, iniziò una formazione intensiva di karate, all'età di 13 anni diventò allievo del famoso

Maestro Anko Itosu (1830-1915), anch'egli abitante a Shuri, che lo allena assiduamente.

Al termine degli studi compiuti al liceo e alla scuola navale di Okinawa, a 19 anni Kenwa Mabuni comincia a lavorare come insegnante alla scuola elementare di Naha. In questo periodo egli conosce Chojun Miyagi (futuro fondatore della scuola Goju-ryu) che lo presenta al proprio maestro, il celebre Kanryo Higaonna (1853-1915), con il quale apprende la tecnica di Naha, ben diversa da quella di Shuri.

Al ritorno dal servizio militare, nel 1912, Kenwa Mabuni entra nella scuola di polizia di Okinawa e dopo 2 anni diventa ispettore. Grazie a questo lavoro egli si sposta continuamente in ogni zona di Okinawa, venendo così a contatto, nell'arco di 10 anni, con molti maestri dell'arte del combattimento a mani nude e con armi, imparando numerosi kata. Dopo aver studiato da altri maestri come Maestro Aragaki e Maestro Matsumura e mescolando l'insegnamento del Maestro Itosu e del Maestro Higaonna, egli sviluppa un nuovo sistema, nomina la propria scuola, originariamente chiamata "Mabuni-ryu" prima e "Hanko Ryu" (definizione che si associa a quella del Goju-ryu di Miyagi) dopo. Nel 1938, nel suo primo libro intitolato "Karate-do nyumon", Kenwa Mabuni, in memoria e profondo rispetto dei suoi due maestri Itosu e Higaonna, chiama definitivamente il suo stile Shito-ryu, che letteralmente significa "Scuola nata dai due maestri Itosu e Higaonna". La composizione dei due ideogrammi Ito di Itosu (che si pronuncia "Shi") e Higa di Higaonna (che si pronuncia "To") formano la parola Shito, mentre ryu significa scuola. Nel 1939 Mabuni registra il nome della sua scuola nel Butokukai, associazione delle virtù delle arti marziali giapponesi. Nel 1926, alla presenza del Maestro Jigoro Kano (fondatore del judo e figura importante del budo giapponese), arrivato dal Giappone per visitare Okinawa e conoscere il karate, Mabuni e Miyagi danno una dimostrazione dell'arte rispettivamente di Shuri (Shuri-te) e di Naha (Naha-te).

La conoscenza di Kano porta Mabuni a fargli visita a Tokyo (Giappone) nel 1928. Mabuni si convince così che il karate di Okinawa deve entrare nella grande famiglia del budo giapponese. Nel 1929, il Maestro Mabuni si trasferì permanentemente a Osaka per insegnare nelle università e dipartimenti di polizia. Nel corso dei successivi anni, il Maestro Mabuni si dedicò all'ulteriore sviluppo e alla promozione dello Shito-Ryu Karate-Do nella zona di Osaka, dovette affrontare un compito estremamente difficile a causa della riluttanza della popolazione nell'accettare lui e questo suo nuovo sistema di autodifesa. Al fine di portare lo Shito-Ryu all'attenzione del grande pubblico, il Maestro Mabuni si esibì in numerose esibizioni per dimostrare la potenza del karate. Cercando insistentemente di ottenere un riconoscimento della sua arte, il Maestro Kenwa Mabuni insegnò gratuitamente in varie stazioni di polizia in tutto il Giappone occidentale. Dopo questo periodo lo Shito Ryu Karate-do diventò più popolare ed apprezzato, e il Maestro Mabuni iniziò ad insegnare a casa sua (dove vi fondò il suo Dojo) e in molte università in cui si stavano formando diversi club. Tra i suoi molti studenti c'erano suo figlio Kenzo Mabuni, Kosei Kuniba (fondatore del Seishin Kai), Chojiro Tani (fondatore di Tani-ha Shukokai), Ryusho Sakagami (fondatore di Itosu-Kai), Yoshiaki Tsujikawa, Ken Sakio, Jun-ichi Inoue, Manzo Iwata, Toshiyuki Imanishi, Tokio Hisatomi e Ryusei Tomoyori. Shito-Ryu è lo stile che conserva la maggior parte delle tecniche originali di Shuri-te, paragonato con gli altri stili quali Shotokan e Wado-Ryu, conserva anche le tecniche originali di Naha-te assieme al Goju-Ryu, anche se ogni stile le sviluppa e applica da "un diverso punto di vista".

NELLA PROSSIMA PUNTATA CONOSCIAMO TUTTI I KATA DELLO SHITO-RYU



# FOTORICORDI/TROFEI



**CAMPIONATO NAZIONALE CSI  
VERONA  
MAGGIO 2023**



**CONDIVIDIAMO  
QUESTO BELLISSIMO  
4° POSTO IN  
CLASSIFICA AL  
CAMPIONATO NAZIONALE  
DEL CSI  
SVOLTOSI A VERONA.  
OTTIMO RISULTATO  
VISTA LA PARTECIPAZIONE  
DEI NOSTRI AGONISTI  
PER LA SOLA CATEGORIA  
DEL KATA.**

**PNEUS MANTOVA snc**

di GASTALDI GIORGIO & CLAUDIO



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

**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>



# LEGO! CHE PASSIONE

di Thomas Magro



*Il giorno del mio decimo compleanno i miei genitori mi hanno regalato la visita al parco di Legoland, vi garantisco che è stata una esperienza indimenticabile, io non pagavo quel giorno e per regalo, i gestori del parco, mi hanno donato la possibilità di entrare nella stanza dei mattoncini (sono decine di scaffali con mattoncini di ogni forma e colore, da perdere la testa) e costruirmi qualcosa che volevo io. Questa volta vi vorrei parlare della sede principale della Lego, un viaggio da farvi regalare... hi, hi, hi...*

Legoland Billund è un affascinante parco a tema situato nella città di Billund, in Danimarca. Fondato nel 1968, è il primo parco Legoland al mondo e continua ad affascinare visitatori di tutte le età con la sua combinazione unica di divertimento, creatività e immaginazione. (C'è una sede anche in Germania nella località di Günzburg, in Baviera) Con oltre 50 anni di storia, Legoland Billund offre una vasta gamma di attrazioni ispirate ai mattoncini Lego.

I visitatori possono esplorare un'ampia varietà di mondi tematici, come il Mini Land, dove sono ricreate in miniatura famose città e monumenti internazionali. È un'esperienza incredibile vedere la Statua della Libertà, la Torre Eiffel e altri luoghi iconici in miniatura, costruiti con precisione utilizzando i Lego.

Il parco ospita anche una serie di giostre e attrazioni, come montagne russe, giri in barca, auto da corsa e molto altro ancora. Ci sono anche spettacoli dal vivo, che offrono divertimento per tutta la famiglia.

Uno dei punti salienti di Legoland Billund è la possibilità di costruire con i Lego. I visitatori possono partecipare a workshop di costruzione e sfidarsi in varie attività creative. Ci sono anche diverse aree di gioco all'aperto e al coperto, dove i bambini possono lasciar libera la loro immaginazione e creare fantastiche opere d'arte con i Lego. Legoland Billund è un luogo magico dove i sogni diventano realtà per i fan dei Lego di tutte le età. È un'esperienza indimenticabile immersi in un mondo fatto di colori vivaci, divertimento e creatività.



**...E IN QUESTO NUMERO  
IL NOSTRO AMICO  
FRANCESCO  
CI MOSTRA QUESTO  
BELLISSIMO  
"VASCELLO DEL DESTINO"  
DI LEGO NINJAGO  
GRAZIE FRANCESCO  
MANDACI ANCORA  
I TUOI LAVORI...**



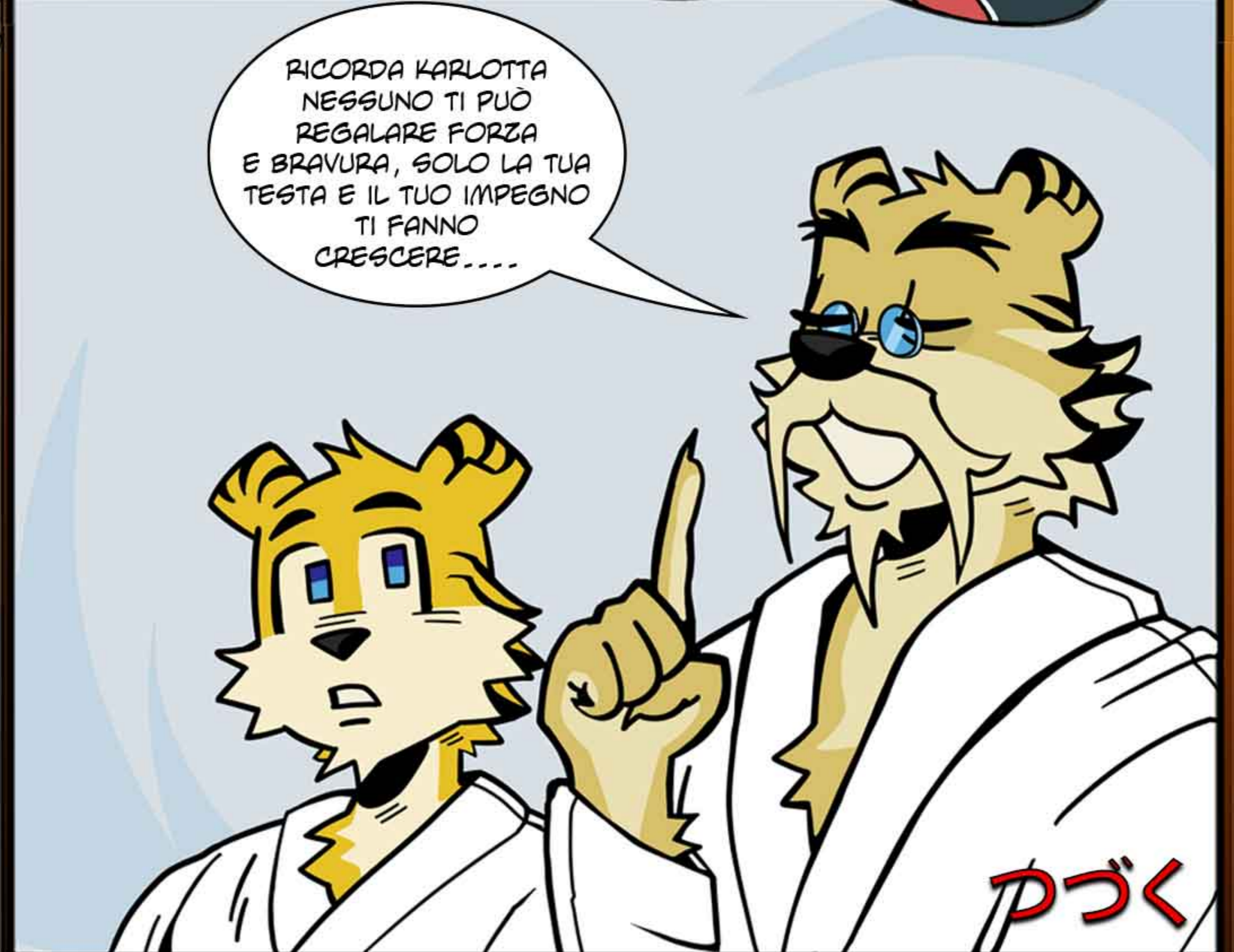
# LE AVVENTURE DI KAR-LOTTA

disegni:  
Sara Miozzi

## KAR-LOTTA E IL SACRO KARATEGI



il sacro karategi dona forza e Kar-lotta si sente invincibile, ma...



# A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

di Ilaria Truzzi e Cristina Reggiani



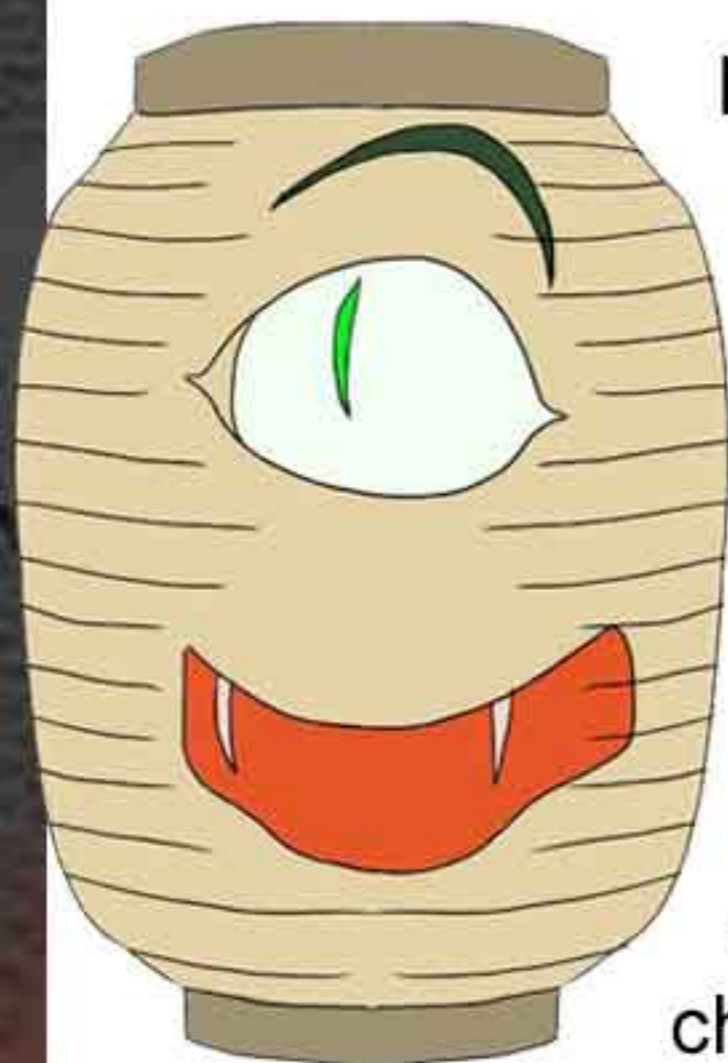
## DEMONI E FANTASMI GIAPPONESI CHIUDIAMO IL NOSTRO VIAGGIO CON GLI ULTIMI YOKAI!

Ultimo numero dedicato alle creature misteriose del Giappone! Dopo aver visto nei mesi scorsi gli Yokai animali e umanoidi più famosi passiamo alle ultime due categorie!

- Yōkai oggetti: Tsukumogami, Karakasa,
- Altri Yōkai : Oni

### Yōkai oggetti

#### - TSUKUMOGAMI (付喪神 - GLI SPIRITI DELLE COSE)



In Giappone anche le cose hanno un'anima. Ogni oggetto vive attraverso di noi e le nostre mani che lo afferrano, lo donano ad altri, lo usano o lo gettano.

Alcuni oggetti sono solo "cose" da utilizzare, altri sono utili, ci aiutano nel lavoro, ci permettono di creare altre cose, ci danno sicurezza o ci aiutano ad affrontare paure. Ci sono oggetti che fanno parte della nostra vita per l'importanza che gli conferiamo, ed è proprio nello scorrere del tempo che si animano di vita e diventano spiriti.

Secondo una credenza giapponese, gli Tsukumogami hanno origine da un qualunque oggetto che abbia compiuto almeno 100 anni. Raggiunta tale età, tutti gli oggetti diventano spiriti, il cui aspetto può variare molto, sia in base al tipo di oggetto da cui viene originato, sia in base all'uso che ne è stato fatto e alle sue condizioni.

Ad esempio se l'utensile è stato gettato via senza alcun rispetto, perché ritenuto ormai inutile, oppure trattato male o rotto, diventerà uno spirito maligno in cerca di vendetta, e anche il suo aspetto sarà terrificante; in caso contrario, avrà un aspetto benevolo e si manifesterà solo per apparizioni inoffensive.

Un esempio noto è Karakasa 唐傘: è lo spirito di un vecchio ombrello. Si vede in molti anime o manga.

Proprio per questo motivo spesso in Giappone vengono fatte celebrazioni e rituali per "salutare" quegli oggetti che ormai non servono più.

Questi eventi si chiamano kuyou 供養 (cerimonia funebre, quindi una sorta di funerale degli oggetti vecchi) e alla fine delle cerimonie questi oggetti vengono distrutti.

C'è un vero e proprio rispetto anche per gli oggetti!

#### Alcuni esempi di celebrazioni:

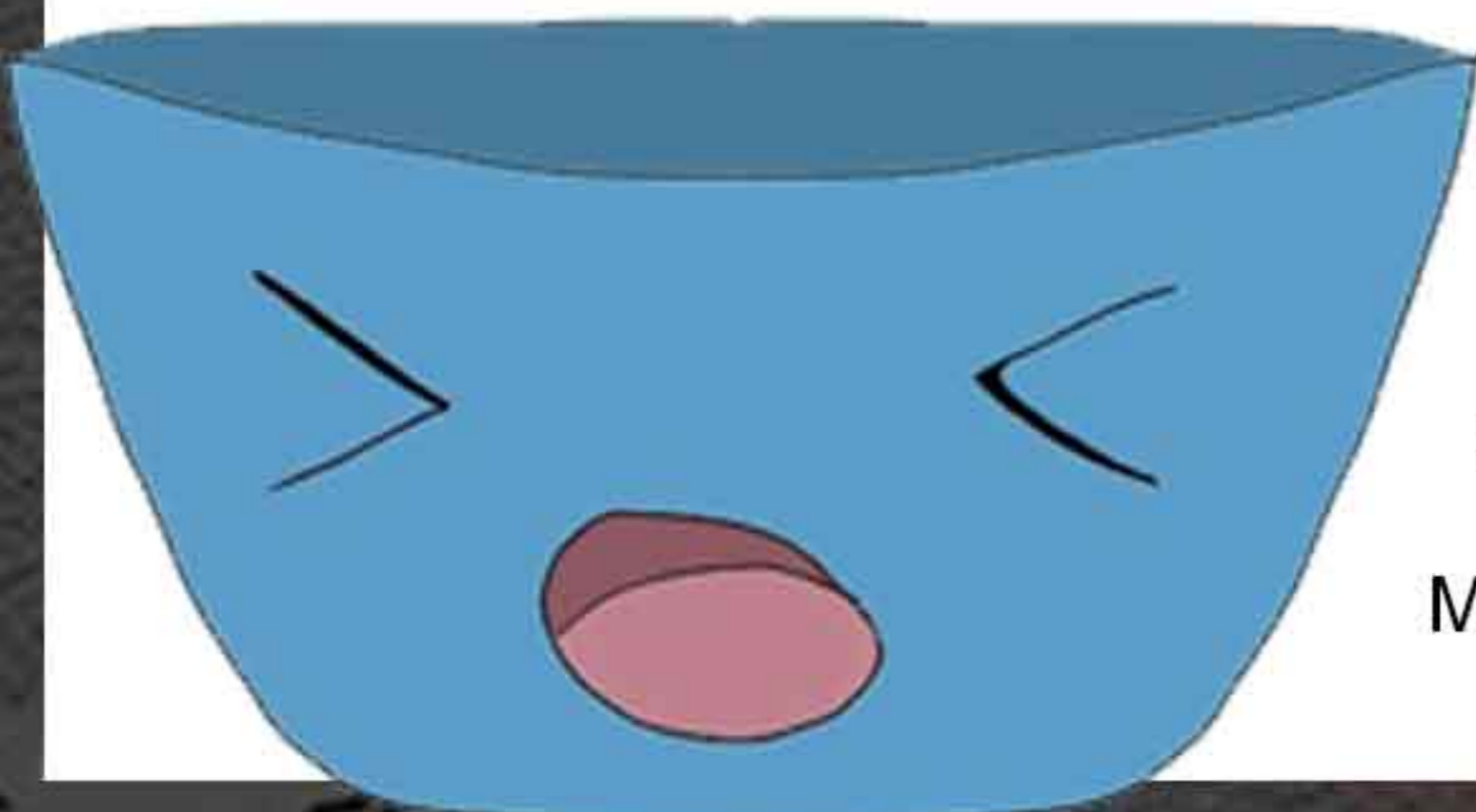
Molto noto è il funerale delle bambole (Ningyou kuyou), che si svolge in alcuni templi di solito ad ottobre.

Durante tale cerimonia, si rende l'estremo saluto alle bambole amate, ma ormai non più desiderate perché rotte o vecchie.

Si prega per loro e si ringraziano per il compito svolto; infine vengono bruciate e affidate alla benevolenza di Kannon, signora della compassione.

Famoso anche il rito funebre dedicato agli aghi da cucito rotti (Harikuyou) che si tiene ogni anno l'8 febbraio in diversi santuari del Giappone, con lo scopo di ringraziare gli aghi per il lavoro svolto e pregare per loro.

Secondo la tradizione, le sarte giapponesi nel giorno dedicato, si riposano dai lavori quotidiani di cucito, e ne approfittano per mostrare gratitudine e rispetto ai vecchi aghi rotti e ossidati mettendoli in torte di tofu o konnyaku.



Mi viene in mente, parlando di questi argomenti, la famosa Marie Kondō (una scrittrice giapponese di libri di economia domestica), che parla del suo metodo per rimettere in ordine la casa e l'armadio dei vestiti... dice sempre di ringraziare gli abiti e gli oggetti che ormai non servono più o che non ci rendono felici, prima di gettarli!

Magari ne parleremo in futuro!...

# Altri Yōkai

## - ONI (鬼)

Gli Oni sono come figure ciò che più si avvicina ad orchi o demoni.

Sono grandi, muscolosi, dotati di corna e grandi bocche.

Si differenziano da molti altri tipi di yokai perché sono sempre malvagi ed in assoluto privi di forme benevole:

un vero e proprio diavolo giapponese.

Nascono solitamente sui campi di battaglia o in generale nei luoghi dove la rabbia e la violenza umana hanno fatto numerose vittime.

Fanno stragi di vite umane a mani nude o utilizzando terribili armi con clave e mazze chiodate.

Nelle prime leggende erano creature benevole, che punivano i malfattori e tenevano alla larga gli spiriti malvagi.

Il Buddismo giapponese nell'era heian prese spunto da credenze demoniache indiane e creò "aka oni" (oni rosso) e "ao oni" (oni blu) e li rese i guardiani degli inferi.

Con il passare del tempo la forte associazione degli oni con il male contagiò il modo in cui venivano percepite queste creature e vennero a essere considerate come portatori o agenti delle calamità.

Alcuni villaggi tengono cerimonie annuali per tenere lontani gli oni, specialmente all'inizio della primavera. Durante la festa del Setsubun la gente scaglia fagioli di soia fuori dalle case gridando: «Oni wa soto! Fuku wa uchi!» ("Oni fuori! Fortuna dentro!").

Questa pratica, denominata mamemaki, viene effettuata lanciando anche direttamente i fagioli contro una persona mascherata proprio da Oni, in luoghi come scuole, aziende od in famiglia.

Secondo un'altra tradizione di origine taoista si ritiene che alcuni oni possano riferire alle divinità i peccati dell'uomo, perciò la nota rappresentazione delle tre scimmie che «non vedono, non sentono e non parlano» (con un gioco di parole in giapponese: «mizaru, kikazaru, iwazaru») ha valore talismanico perché impedirebbe a questi spiriti di agire malevolmente.

Rimane però comunque una credenza benevola degli oni.

Per esempio durante alcune celebrazioni, alcune persone si vestono in costume da oni per condurre le parate giapponesi e tenere lontana la sfortuna.

Un altro esempio è nei tetti di alcuni edifici.

Le tegole possono avere la faccia degli oni proprio per tenere lontana la sfortuna (un po' come i gargoyles).





## - SHUTEN-DŌJI, IL RE DEI DEMONI



Shuten-dōji, noto anche come il "Re dei demoni", è una figura leggendaria della mitologia giapponese. Appartenente al folklore e alle storie popolari del paese, Shuten-dōji è spesso descritto come un temibile demone, associato al male e alla distruzione.

Secondo le leggende, Shuten-dōji era un oni, una creatura demoniaca, che viveva sul monte Ōe, nelle vicinanze di Kyōto, durante il periodo Heian (794-1185).

Era noto per essere un abile stratega e un leader spietato di un gruppo di demoni.

La sua figura era caratterizzata da una grande statura, un volto demoniaco, una folta chioma e una bocca enorme con denti affilati.

Era in grado di assumere forme spaventose e possedeva una forza sovrumana. Secondo alcune versioni del mito, Shuten-dōji aveva anche la capacità di controllare il fuoco e utilizzarlo come arma distruttiva.

Shuten-dōji e i suoi seguaci erano temuti e rispettati, poiché compivano atti malvagi come saccheggi, rapimenti e uccisioni.

Si diceva che organizzassero feste in cui si banchettava con

le vittime umane. La sua fama e il suo potere crebbero al punto che riuscì a minacciare la stessa corte imperiale. La leggenda narra che Minamoto no Yoritomo, un famoso samurai dell'epoca, si impegnò a sconfiggere Shuten-dōji e liberare la popolazione dal suo dominio malvagio.

Attraverso una serie di astuti stratagemmi e con l'aiuto dei suoi compagni, Yoritomo riuscì a infiltrarsi nella fortezza del demone e alla fine lo sconfisse, tagliandogli la testa.

Nonostante la sua natura demoniaca, Shuten-dōji è diventato un personaggio popolare nella cultura giapponese. È stato rappresentato in diverse opere d'arte, letterature e opere teatrali, dove la sua figura è spesso reinterpretata in modi diversi.

Oggi, il nome di Shuten-dōji è ancora associato al terrore e al potere soprannaturale nella mitologia e nelle leggende giapponesi.



# CHINALI901

## bici e riparazioni dal 1901

Via Aldo Moro n.3 | Mantova

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



# CONSIGLI DI LETTURA

Yagyū Munenori

di Yagyū Munenori

## LA SPADA CHE DÀ LA VITA

Gli insegnamenti segreti della Casa dello Shogun



LUNI EDITRICE

## La spada che dà la vita. Gli insegnamenti segreti della Casa dello Shogun

Il volume presenta un fondamentale testo di scherma, scritto da Yagyū Munenori nel 1632.

La filosofia o psicologia è basata in massima parte sulla "Testimonianza segreta della saggezza immutabile" scritto per Munenori dal suo amico e mentore Takuan.

Munenori sottolinea come Takuan l'importanza di mantenere la mente libera dagli attaccamenti o, per usare le sue parole, dalle "malattie" acutizzate da un'eccessiva attenzione alla tecnica o all'idea di vincere.

Una ferrea autodisciplina e la comprensione profonda dei principi dello Zen sono le chiavi per diventare un uomo "completo", un maestro della Via.

Tipico approccio orientale al combattimento con la spada dove era in gioco la vita, contaminata dalla filosofia zen e da un sistema di trasmissione da maestro ad allievo in maniera intuitiva indirizzata dai suggerimenti dati con frasi ed esempi apparentemente senza un significato.

Consigliato agli amanti delle arti marziali e ai ricercatori della "VIA" e a chi voglia capire un po' di più usi e costumi del Giappone di una volta.

Un must per gli appassionati delle arti marziali.

Molto interessante anche la parte finale con i disegni relativi alle tecniche.

Forse, l'unica pecca è che sarebbe stato più interessante se il traduttore avesse lasciato tra parentesi i kanji e gli hiragana afferenti le varie tecniche.

KARATEMANTOVA TUTTI I GIOVEDÌ SULLA GAZZETTA DI MANTOVA - CSI MAGAZINE

# GAZZETTA DI MANTOVA

QUOTIDIANO D'INFORMAZIONE FONDATA NEL 1664



Magazine

Centro Sportivo Italiano  
Mantova

Settimanale a cura  
dell'Ufficio Stampa CSI

Giovedì 24 giugno 2021

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

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

# la Voce di Mantova

Quotidiano indipendente

TUTTI I MESI ARTICOLI  
SU "IL MEGAFONO"  
DI CARPENEDOLO

LA VOCE DELLO SPORT  
PER TUTTI



# MEMORIE DI UNA GEISHA

DAL REGISTA DI  
CHICAGO



"Memorie di una geisha" è un film del 2005 diretto da Rob Marshall, basato sull'omonimo romanzo di Arthur Golden.

Ambientato nella metà del XX secolo, racconta la storia di Chiyo, una giovane ragazza giapponese che viene venduta come serva in una casa di geisha e in seguito diventa la famosa geisha Sayuri.

Il film si distingue per la sua meravigliosa cinematografia e la ricchezza visiva.

Le scene sono intrise di colori vivaci, costumi elaborati e scenografie dettagliate che catturano l'essenza del Giappone tradizionale.

Le performance degli attori sono eccezionali, in particolare Zhang Ziyi nel ruolo di Sayuri, che offre una interpretazione toccante e intensa.

La trama del film affronta temi come l'amore, l'ambizione e l'identità. Sayuri è costretta a superare innumerevoli ostacoli nella sua ricerca della libertà e dell'amore, sfidando le tradizioni e le convenzioni sociali della sua epoca. La storia è coinvolgente e toccante, con momenti di dramma e romanticismo che tengono lo spettatore incollato allo schermo.

Tuttavia, una delle critiche principali al film è l'uso della lingua inglese per la recitazione. Sebbene gli attori facciano un buon lavoro, l'accento inglese spesso risulta innaturale e distoglie l'attenzione dal realismo della storia.

Avrebbe potuto essere più autentico se fosse stato girato interamente in giapponese o con attori giapponesi che parlano in inglese con un accento giapponese autentico. Nonostante questa critica, "Memorie di una geisha" rimane comunque un film affascinante e coinvolgente.

La colonna sonora, composta da John Williams, è emozionante e contribuisce a creare l'atmosfera magica del film. Le coreografie delle danze tradizionali giapponesi sono straordinarie e aggiungono ulteriore bellezza alla storia.

In conclusione, "Memorie di una geisha" è un film visivamente sorprendente con una trama coinvolgente e interpretazioni notevoli. Sebbene ci siano alcune critiche riguardo all'uso della lingua inglese, il film rimane una potente rappresentazione della lotta di una giovane donna per trovare la sua identità in un mondo dominato dalle tradizioni e dalle aspettative sociali.



## 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



# ICHI NI SAN, MUSICA!



## ITALIA - GIAPPONE LE SIGLE DEI CARTONI ANIMATI

Negli anni '80 e '90, i cartoni animati italiani conquistarono il cuore di milioni di bambini con le loro avvincenti storie e memorabili sigle. Queste sigle musicali, spesso orecchiabili e piene di energia, si trasformarono in vere e proprie icone della cultura popolare dell'epoca. Uno dei cartoni animati più amati di quegli anni fu "Heidi".

La sua sigla, interpretata da Elisabetta Viviani, raccontava la storia di una piccola orfana delle montagne svizzere, accompagnata da una dolce melodia che rimane ancora oggi impressa nella memoria di molti.

Un altro successo fu "Holly e Benji", conosciuto in tutto il mondo come "Captain Tsubasa".

La sigla italiana, interpretata da Giorgio Vanni, trasmetteva l'entusiasmo e la passione per il calcio che caratterizzavano il protagonista. "Oliver e Benji, due fuoriclasse" era il ritornello che scatenava l'energia dei giovani tifosi. "Dragon Ball" è un altro esempio di cartone animato di grande successo.

La sigla italiana, anche questa cantata da Giorgio Vanni, riassumeva l'epica avventura di Goku alla ricerca delle sfere del drago. "Dragon Ball, il ritorno della magia" faceva sognare i bambini di allora e continua ad appassionare le nuove generazioni. Altri cartoni animati che lasciarono un segno indelebile furono "I Puffi" e "Mila e Shiro". La sigla dei Puffi, interpretata da Cristina D'Avena, era un vero e proprio inno alla felicità e all'amicizia. Mentre "Mila e Shiro", con la sua sigla "Un giorno qualunque" interpretata sempre da Cristina D'Avena, raccontava le avventure di due giovani campioni di calcio.

Che dire poi di "Ufo Robot", "Capitan Harlock", "Daitarn 3", "Jeeg Robot d'acciaio" e molti altri, tutte canzoni scritte da grandi compositori come Vince Tempera e cantate da band nate per l'occasione, come "i Cavalieri del Re" e "i Bucanieri".

Le sigle italiane dei cartoni animati degli anni '80 e '90 riuscivano a catturare l'attenzione del pubblico fin dalle prime note. Grazie alle loro melodie orecchiabili e ai testi che raccontavano le storie dei protagonisti, queste sigle divennero parte integrante dell'esperienza di guardare i cartoni animati.

Ancora oggi, risuonano nel cuore di coloro che hanno trascorso l'infanzia in quel periodo e rappresentano una testimonianza indelebile di un'epoca in cui i cartoni animati avevano un posto speciale nel cuore di tutti i bambini.



idroterm  
serre

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




**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



CENTRO  
SPORTIVO  
ITALIANO  
MANTOVA

KATA E KATA A SQUADRE  
PREPARAZIONE FISICA E METODOLOGICA

**ALLENAMENTO AGONISTI**

OGNI LUNEDÌ E GIOVEDÌ DALLE 18,30 ALLE 20,00

PALESTRA DINAMICA DI GOITO VIALE MINCIO

3385775667 - KARATEMANTOVA@LIBERO.IT



**Hotel Pineta Fanano**

**KARATEMANTOVA  
CAMPUS DI FINE ESTATE  
DAL 31 AGOSTO AL 3 SETTEMBRE 2023**



**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

**Disbrigo pratiche assicurative**

**Auto di cortesia  
per chi esegue lavori sulla vettura**  
Lavaggio interni a vapore accurati  
Lavaggio auto con aspirazione  
Sostituzione lampadine  
Installazione pellicole oscuranti certificate e omologate  
Sostituzione e riparazione parabrezza  
a prezzi competitivi  
Installazioni ganci da traino  
Rigenerazione fari automobili sia lucidati che verniciati  
Ricarica climatizzatori  
Personalizzazione vetture  
A richiesta trattamento con prodotti specifici  
per serbatoi con perdite di auto e moto  
Restauro auto d'epoca di ogni genere

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

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

tantissime proposte nella sezione HANDMADE!



www.crikami.it - info@crikami.it

**PREVENTIVI GRATUITI E SENZA IMPEGNO**

*realizza con me le tue idee...*



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

**Lego Division!**  
tante idee con la stoffa lego!

richiedi informazioni a info@crikami.it

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...*

Creiamo insieme quello che più vi piace!

segui Crikami sui social per rimanere aggiornato!



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



**RICAMI PERSONALIZZATI, STAMPE E GADGET**



**MANTOVA PROMOSPORT**  
di Davide Reggiani

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

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

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

KARATEMANTOVA  
A.S.D.



# KARATEMANTOVA MAGAZINE



VI CONSIGLIAMO QUESTA MOSTRA:

"STORIE DI DONNE SAMURAI":

THE KIMONO EXPERIENCE

TENOHA MILANO - MILANO (MI)

DAL 27 MAGGIO 2023 AL 31 LUGLIO 2023

INDOSSA IL KIMONO E ATTRAVERSA IL PORTALE SEGRETO:

SCOPRIRAI L'ANTICO CODICE DELLE DONNE SAMURAI  
NELLA NUOVA MOSTRA DI BENJAMIN LACOMBE!



**NEL PROSSIMO NUMERO:**

**GARE, ALLENAMENTI E QUALCHE NOVITÀ.....**

**CHIUNQUE PUÒ CONTRIBUIRE ALLA REALIZZAZIONE DEL NOSTRO MAGAZINE ATTRAVERSO COMMENTI, ARTICOLI, DISEGNI, PROPOSTE E SUGGERIMENTI... NON ESITATE A CONTATTARCI... MIGLIORARSI OGNI GIORNO DI PIÙ È LO SCOPO DELLA VITA DI UN KARATEKA...**

## **KARATE MANTOVA MAGAZINE N° 38 LUGLIO 2023**

Redazione e impaginazione: Vittorio Magro

disegni: Riccardo Tebaldini, Cristina Reggiani, Ilaria Truzzi, Lorenzo Tanassi, Carola Malgioglio, Riccardo Mariani, Alessandro Barretta, Sara Miozzi

foto: Vittorio Magro, Davide Reggiani, Noemi Borghesan, Giorgio Contardo

rubriche: Davide Reggiani, Simone Reggiani, Cristina Reggiani, Ilaria Truzzi, Thomas Magro, Francesco Gola