



NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

IL "NOSTRO"
PRESIDENTE ONORARIO
DANIELA BRAGLIA



DIARIO DEL "CAMPUS"
2023

PROSSIMI APPUNTAMENTI

RIPARTITI TUTTI
I CORSI NELLE
NOSTRE SEDI



COPPA ITALIA
WMAC
PRESENTED BY
WMAC
/ 11. - 12. 11. 2023
INTERNATIONAL
BREGENZ OPEN

KARATEMANTOVA
Corsi di Kobudo per tutti
Le armi prima delle armi
dal 15 settembre 2023
Lunedì Sustinente



IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA

KARATEMANTOVA MAGAZINE

SEGUICI SU:



Seguici anche su
Facebook



Seguici anche su
YouTube



KARATEMANTOVA da oggi anche su
Instagram

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

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

invio materiale: kmmagazine@gmail.com

KARATEMANTOVA ASD
Karate Shotokan e Kobudo di Okinawa

SPECIAL OLYMPICS ITALIA

G.S. POLIZIA LOCALE RODIGO (MN)

KARATE GLOBAL

TREMA
Traditional Educative MARTIAL ARTS

OKINAWA KOBUDO DOUSHI RENSEI-KAI

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

RICAMI PERSONALIZZATI - STAMPE - GADGET
a MANTOVA

tantissime proposte nella sezione HANDMADE!



www.crikami.it - info@crikami.it

PREVENTIVI GRATUITI E SENZA IMPEGNO

realizza con me le tue idee...



Tante idee uniche
per tutti!

segui Crikami sui social
per rimanere aggiornato!



LA PAROLA AL MAESTRO:

del M° Davide Reggiani



HAI VOGLIA DI VOLER FARE QUALITÀ!

Nell'ambiente delle arti marziali succede di tutto.

Sono un formatore CSI a livello nazionale e le procedure per i tecnici, per acquisire competenze, gradi e diplomi sono molto rigide e serie.

Poi succede che qualche tecnico o pseudo tale cambi federazione o ente e track.....

Aumenta di grado e di colpo diventa maestro senza sapere un emerito tubo.... E insegna pure!

L'effetto é rischiare di trasmettere problematiche più o meno gravi agli allievi che inconsapevoli della qualità del tecnico che li segue, si fidano ciecamente.

Negli ultimi tempi ho visto anche su Youtube cose che dovrebbero vergognarsi di pubblicare.

L'ignara vittima iscritta ai corsi si fida e magari per comodità segue con passione in queste palestre studiando un'arte marziale snaturata o addirittura inventata sul momento. Il mio consiglio é sempre quello...

Informatevi bene quando vi iscrivete ad una disciplina sportiva o marziale, informatevi sul tecnico responsabile, vedete le procedure di sicurezza e a tutela dei minori.

Non fatevi abbindolare da offerte o pubblicità senza sapere almeno il curriculum del Direttore tecnico, quali esperienze ha vissuto e in quale organizzazione si milita nonché l'assicurazione applicata.

Eviterete spiacevoli delusioni! M° Davide Reggiani

Distributore Ufficiale
di zona

Karategi e judogi:



PROMOSPORT

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

Materiale arti marziali - tatami - personalizzazione abbigliamento

BARRUS TŌKAIDO

Mantova e Castel Goffredo - 3280120724 - info@crikami.it



SOMMARIO

PAROLA AL MAESTRO.....	PAG. 3
BUONE NOTIZIE/PERLE DI SAGGEZZA.....	PAG. 5
DANIELA BRAGLIA	PAG. 6
STORIA DEL CSI - 11 ^a PUNTATA.....	PAG. 8
KOBUDO - DI DAVIDE REGGIANI.....	PAG. 9
L'ANGOLO DELLA KATANA.....	PAG. 11
FESTA DELLO SPORT - CSI.....	PAG. 13
ALLENAMENTO AL PARCO.....	PAG. 14
CAMPUS 2023 - FANANO (MO).....	PAG. 15
GLI STILI DEL KARATE 7 ^a 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 - TERREMOTO NEL BRONX.....	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

La Camera dei Deputati ha approvato in seconda lettura la modifica che porta questa espressione nell'articolo 33 della Costituzione. Era auspicabile da tempo.

E il karate come attività sportiva, è parte integrante di questo importante concetto descritto nella Costituzione.

Il riconoscimento delle "attività sportive" è appena entrato ufficialmente nella Costituzione della Repubblica.

L'ha deciso la Camera dei Deputati con un voto all'unanimità: 312 voti favorevoli su 312. Con questo pronunciamento, vengono soddisfatte tutte le condizioni necessarie per la modifica costituzionale: le due approvazioni dei due rami del Parlamento. La novità viene inserita all'articolo 33, quello che comincia con "l'arte e la scienza sono libere e libero ne è l'insegnamento" e al quale, alla fine, è stata aggiunta questa formula: "La Repubblica riconosce il valore educativo, sociale e di promozione del benessere psicofisico dell'attività sportiva in tutte le sue forme".



SPORT IN COSTITUZIONE

MODIFICA ALL'ARTICOLO 33

"La Repubblica riconosce il valore educativo, sociale e di promozione del benessere psicofisico dell'attività sportiva in tutte le sue forme"



POGGIO RUSCO (MN) Via Abetone Brennero, 187
GAZOLDO DEGLI IPPOLITI (MN) Via Marconi, 2

MARMIROLO (MN) Via Tagliamento, 25
MONZAMBANO (MN) Strada dei Colli, 19

BUONE NOTIZIE



ORSOLA D'ONOFRIO D'ARGENTO AI MEDITERRANEAN BEACH GAMES

Al debutto del karate nei mediterranean Beach Games, l'Italia ha subito conquistato un'importante medaglia d'argento, grazie all'ottima prestazione di Orsola D'Onofrio, nella giornata in cui erano previste 22 atlete nel kata.

Orsola ha fatto un grande percorso, dominando entrambi i Round Robin ed entrando di diritto a giocarsi la finalissima per l'oro contro la spagnola Paola Garcia Lozano.

Il risultato di 25.90 a 24.80 ha dato ragione alla spagnola e l'azzurra è così salita sul secondo gradino del podio cretese.

In gara c'era anche Elena Roversi che si è purtroppo arresa al primo Round.

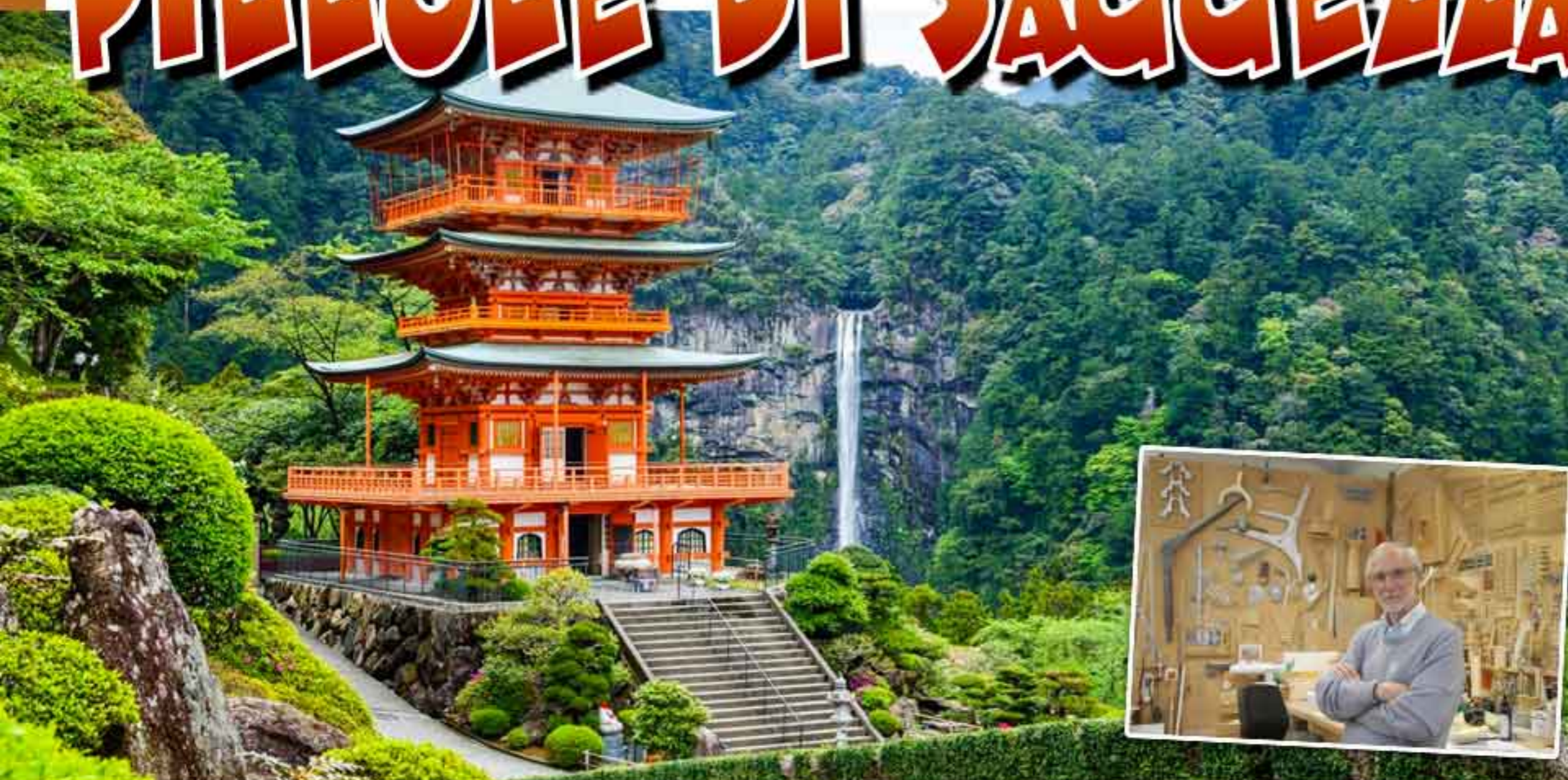


È NATA MIRIAM!

**CONGRATULAZIONI AL GRANDE
NELLO MAESTRI E ALLA
NOSTRA CAMPIONESSA "VIVI"**

**DA TUTTI GLI ATLETI
DI KARATEMANTOVA**

PILLOLE DI SAGGEZZA



Quando ho compiuto sessant'anni, ormai molto tempo fa, con mia moglie feci un viaggio in Giappone, e visitai il tempio di Ise. Sai perché è importante il tempio di Ise? Viene distrutto e rifatto ogni vent'anni. In Oriente l'eternità non è costruire per sempre, ma di continuo.

I giovani arrivano al tempio a vent'anni, vedono come si fa, a quaranta lo ricostruiscono, poi rimangono a spiegare ai ventenni.

È una buona metafora della vita: prima impari, poi fai, quindi insegni.

Sono i giovani che salveranno la terra.

I giovani sono i messaggi che mandiamo a un mondo che non vedremo mai. Non sono loro a salire sulle nostre spalle, siamo noi a salire sulle loro, per intravedere le cose che non potremo vivere. **RENZO PIANO**

PNEUS MANTOVA snc

di GASTALDI GIORGIO & CLAUDIO

Driver
Pneumatici & Assistenza

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

DANIELA BRAGLIA IL NOSTRO PRESIDENTE ONORARIO



Che dire di Daniela Braglia? Ci sarebbe da scrivere un libro.

Inizia il karate col marito alla Polisportiva Soave '90 nel lontano 1988.

Da sempre in prima linea, con risultati eccellenti, per l'organizzazione di gare ed eventi fino a fondare, nel 2005, Karatemantova insieme al M° Davide Reggiani, Andrea Antonelli, Matteo Torosani, Zaira Gerevini e Gianluca Balasina.

Riveste l'incarico di Presidente da subito e lo mantiene fino al 2023 per poi lasciarlo ad Andrea Antonelli, ma l'esperienza e l'efficienza maturate in questi anni fanno sì che il Direttivo attualmente in essere non possa fare a meno di Daniela e all'unanimità viene eletta Presidente Onorario, incarico che infonde sicurezza e forza alla Società. Daniela si occuperà ancora dell'amministrazione di Karatemantova.

Ha insegnato per anni a ragazzi con disabilità. Laureata all'Università Cattolica di Brescia per l'insegnamento a persone portatrici di handicap psicofisico, ha lavorato alla Casa del Sole e ha studiato insieme al marito in Belgio per l'insegnamento del Para-karate che, ancora oggi, è uno dei settori portanti di Karatemantova. In palestra la sua severità e serietà nel portare avanti il suo incarico in questi anni si sono fuse con la dolcezza nei confronti dei bimbi, il corso di Baby Gio-Karate a Marmirolo è da sempre un suo punto di forza.

Durante questi anni è cresciuta molto nell'ambito dei servizi per lo sport del CSI, crescita che l'ha portata a diventare Presidente di Giuria Nazionale con l'incarico di organizzare Campionati Nazionali CSI. Compito svolto perfettamente in varie location come Lignano Sabbiadoro, Bellaria, Veggio e Mantova.

Un'altro ruolo svolto in questi anni è stato quello di formatore di presidenti di Giuria, senza dimenticare che non ha mai smesso di praticare kobudo di Okinawa, nel quale riveste il grado di cintura marrone e karate dove, attualmente, è Maestro 5° dan.

Sempre in prima linea nelle dimostrazioni, nelle fiere, nella promozione del karate impiega molto del suo tempo nel "marasma" burocratico e se Daniela non ci fosse...bisognerebbe inventarla. Ancora oggi è una colonna portante di Karatemantova anche se non più nel direttivo ma l'attuale Consiglio ha trovato il modo di riconoscerle un ruolo importante. Congratulazioni al nuovo Presidente Onorario di Karatemantova!



OTTICA L'OCCHIAIALE

di Sarzi Puttini Luca

IL CSI - LA NOSTRA STORIA



IL CSI E IL GIUBILEO DEGLI SPORTIVI NEL 2000

Quale premessa al Giubileo del 2000, nel dicembre 1999 il CSI ha organizzato un avvenimento un po' speciale: la Maratona "Correre sulle orme di San Paolo" dal 12 al 31 dicembre 1999. La spedizione sportiva, partendo da Gerusalemme, ha ripercorso l'itinerario compiuto dall'apostolo Paolo nella sua missione di evangelizzazione, sino a raggiungere Roma, luogo del suo martirio, con una distanza di 1.100 chilometri in 20 tappe.

Vi hanno preso parte atleti cristiani, ebrei, musulmani, che hanno portato una simbolica fiaccola della pace, accesa a Gerusalemme, sino a Piazza San Pietro in Roma nella notte del 31 dicembre, dove erano ad attenderla migliaia di giovani. Nell'anno 2000, poi, il CSI ha celebrato il Giubileo degli sportivi con decine di manifestazioni locali e con una grande iniziativa nazionale a Roma, dal pomeriggio del 23 ottobre alla notte del 28 ottobre.

Una settimana di sport e cultura denominata "In campo per il Giubileo", in un "Villaggio dello sport" appositamente attrezzato nei giardini di Castel Sant'Angelo. L'evento era finalizzato alla promozione presso la popolazione, in particolare quella giovanile, del valore di un'attività sportiva vissuta in forma libera e gioiosa e nello stesso tempo a sensibilizzare i partecipanti ai valori etici che potevano derivare da una pratica dello sport correttamente intesa. Oltre alla parte sportiva, la settimana al "Villaggio dello sport" è stata ricca di avvenimenti culturali attraverso i convegni: "Sport for Africa", "Vivere da campione", "Dai campi di periferia ad Atene: una politica per lo sport giovanile", "Sport a scuola: sospeso con obbligo di frequenza", "www.sportfuture.com. I media e lo sport di base", "Mister parroco: educare i giovani negli oratori".

Con il Giubileo del 2000 si concludono anche gli 8 anni di presidenza di Donato Renato Mosella, che lascia il posto al marchigiano Edio Costantini.



idroterm
serre

progettazione e costruzione di

serre impianti **AGRICOLTURA 4.0**

I TONFA E LE FORZE DELL'ORDINE



Molte Forze dell'Ordine hanno in dotazione un bastone molto particolare che viene impugnato grazie ad un manico trasversale: si chiama Tonfa ed è un bastone di combattimento giapponese.

È un'arma superlativa, in grado di permettere un'ottima difesa contro un aggressore a mani nude, armato di coltello o armi bianche in genere, bastoni, mazze da baseball, e quindi delle lunghezze più svariate.

È impiegato infatti soprattutto nelle attività di controllo della folla o di anti-rivolta.

Da quando è stato introdotto ci sono stati veri e propri corsi di addestramento per imparare ad usare al meglio il Tonfa, anche perché può diventare molto pericoloso.

I Tonfa moderni possono essere costruiti in plastica o alluminio (appesantiti), in fibra di carbonio o in policarbonato. Esistono inoltre dei modelli retrattili o telescopici in modo da non diventare scomodi nella seduta.

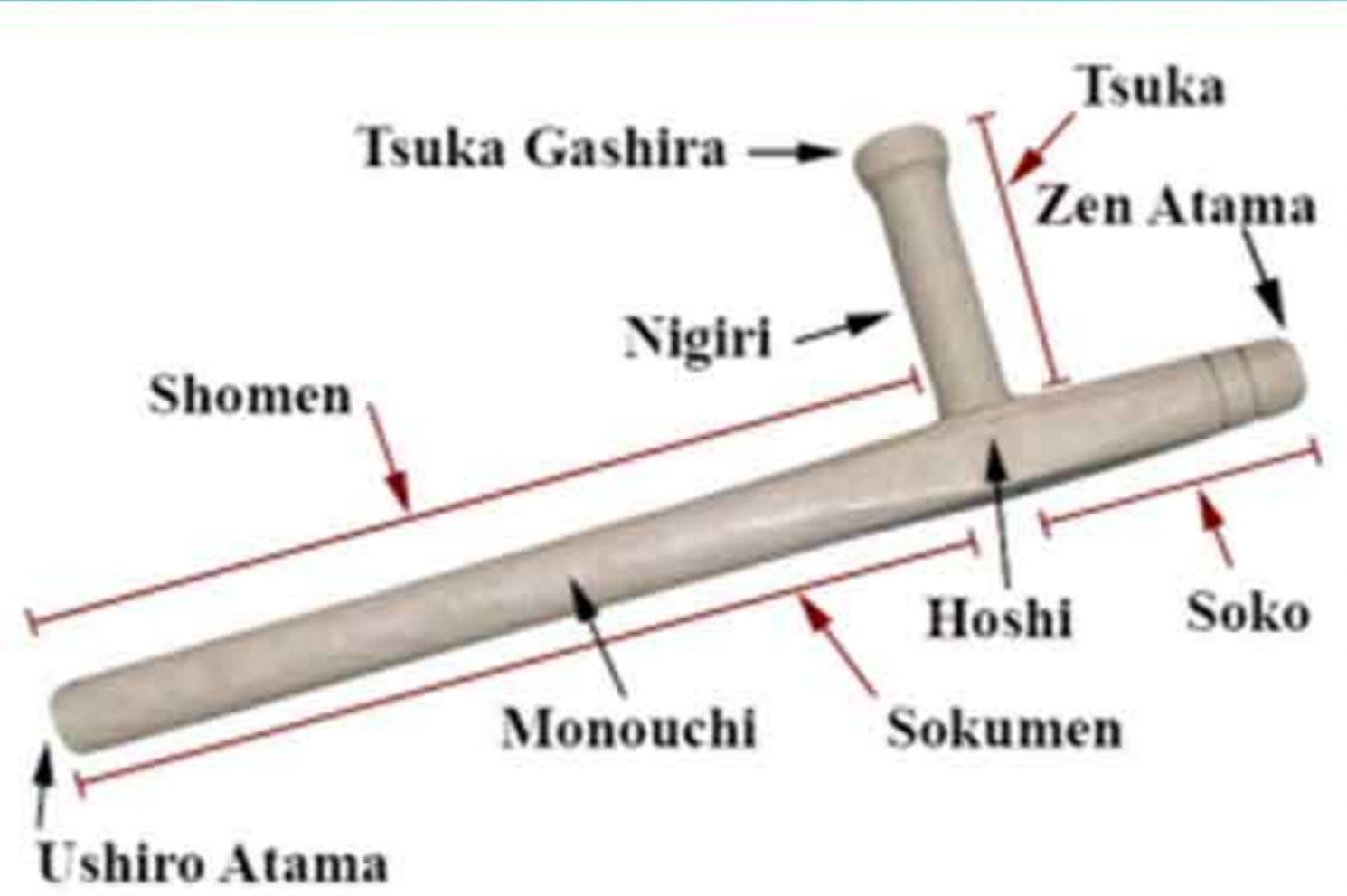
La tipologia di addestramento che richiede il Tonfa è molto simile, anche se molto più semplice, a quello previsto per il Karate: per tale motivo ad Okinawa la pratica delle due discipline è sempre stata fortemente legata.

Tendenzialmente si usano due Tonfa, uno per ogni braccio, ma è indubbiamente più comodo e realistico l'uso di un singolo.

Il tonfa, utilizzato nell'ambito di ragionevoli parametri restrittivi, è un'arma di alta efficacia difensiva ed in grado di neutralizzare possibili aggressori, e se usato correttamente intimorisce e riduce la possibilità di danno, nonché permette di affrontare uno o più avversari, proteggendo la vita e la sicurezza degli agenti delle forze dell'ordine. Al contrario del manganello, chiaramente offensivo, il tonfa professionale possiede un carattere essenzialmente difensivo e assomiglia piuttosto ad un piccolo scudo portatile.

Quest'arma è uno strumento relativamente discreto che permette di non dare un'immagine repressiva al pubblico, ma sufficientemente potente da permettere una dissuasione o una difesa efficace da un'aggressione.





KARATEMANTOVA - KOBUDO
info@karatemantova.it
tel. 338 5775667



TOLEDO È LA CAPITALE DELLE SPADE

Toledo "città delle tre culture", ma anche delle mille (e più) spade.

Capitale della Spagna fino al 1560, è stata un esempio di tolleranza religiosa in un'epoca in cui questo era tutt'altro che scontato: cristiani, ebrei e musulmani convivevano pacificamente.

Dal mix di popoli e culture, Toledo ha "ricavato" un centro storico di rara bellezza, oggi Patrimonio Unesco, ma non solo.

I tanti popoli e le diverse dominazioni hanno portato all'eccellenza nell'artigianato. In particolare, in quello delle spade.



Katana Toledo Shimazu



LA TRADIZIONE.

L'industria espadera toledana ha origini antiche: la fabbricazione di spade risale infatti al periodo in cui la penisola iberica faceva parte dell'Impero Romano, anche se il salto di qualità fu compiuto dagli artigiani quando, durante la dominazione araba, dalla Persia furono importate nuove tecniche di lavorazione. Le botteghe degli artigiani fiorirono, fino al boom del XV secolo: Toledo si impose per qualità su tutte le altre città spagnole. Insomma almeno in questo era rimasta capitale, alla faccia di Madrid. Il merito fu attribuito allo spadaccino Maestro Perrillo, che migliorò le tecniche di costruzione delle armi bianche.

SPADE OVUNQUE.

Per molto tempo, però, tutto si svolgeva in gran segreto: c'era chi attribuiva il merito al Tago, il fiume che taglia in due Toledo, nelle cui acque venivano temprate le spade. In realtà, gli artigiani ottengono spade di qualità forgiando allo stesso tempo, e ad una temperatura molto calda, l'acciaio duro con elevato contenuto di carbonio con l'acciaio dolce. Oggi, tutto si svolge a beneficio del turista: ci sono botteghe e negozi che vendono armi bianche praticamente ovunque nelle viuzze tortuose del centro e si concentrano soprattutto nei dintorni delle zone monumentali come la Cattedrale, l'Alcázar e il quartiere ebraico.

DAI MAESTRI ARTIGIANI.

Ma esistono ancora laboratori artigianali, dove si può assistere alla lavorazione dell'acciaio, e magari farsi raccontare da chi produce ogni giorno spade i segreti del mestiere. Oltre a comprare l'arma in loco. Due visite ad altrettanti laboratori sono non da perdere durante una visita a Toledo.

La prima bottega è quella di Mariano Zamorano (per informazioni link in basso), il più famoso maestro artigiano della città: si trova al numero 19 di via Ciudad, molto vicino alla Cattedrale.

L'altra è Casa Bermejo, in Calle Airosas 5: è un'officina storica che, oggi, è mandata avanti dalle tre sorelle Martin, Margarita, Ascensión e Maria del Pilar, che ogni anno producono dodicimila spade all'anno, ovvero quasi cinquanta al giorno.



居合道

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

OPEN DAY CSI

#BEACTIVE
SETTIMANA EUROPEA
DELLO SPORT

UNA FESTA PER TUTTI

In occasione della settimana europea dello sport, il CSI di Mantova ha organizzato un incontro per presentare tutti gli sport ad esso affiliati del nostro territorio e permettere al pubblico di conoscere tutte le discipline agonistiche e dilettantistiche. *Karatemantova*, presente con un buon numero di atleti di ogni grado e categoria, ha preparato una piccola dimostrazione che ha sicuramente incuriosito i presenti e creato interesse.

Un pò di "fondamentali", kata e qualche performance più approfondita da parte degli agonisti sono stati il tema della giornata, dimostrando ancora una volta quanto sia saldo il legame tra tutti i ragazzi del Team Karatemantova con il Maestro Davide Reggiani e tutti gli istruttori e allenatori. Anche nelle palestre di Marmiolo, Goito, Sustinente e Carpedolo si è festeggiato la settimana europea dello sport #BeActive, un importante segnale di riconoscimento anche per gli sport ritenuti "minori": "Noi ci siamo" sembrano voler dire i ragazzi....

Forza Karatemantova, avanti così!



UN DOJO SPECIALE ALLENAMENTO AL PARCO DEL "TE"



KARATEMANTOVA SCENDE IN PIAZZA.

Ora che anche il governo ha ufficializzato che lo sport, di ogni genere e categoria, è una parte fondamentale della crescita e un diritto di tutti i ragazzi, karatemantova ha deciso di condividere una normale giornata di allenamento con il pubblico, un pò per farsi conoscere e un pò per dimostrare che ci sono anche altre discipline che possono contribuire alla crescita di bambini, adolescenti e, perchè no, adulti.

Quale posto scegliere se non il nuovo parco del Te!

Bellissima location, un folto pubblico e tanto interesse creato. Un'iniziativa che sicuramente ha lasciato il segno dando spazio ai ragazzi della squadra di Karatemantova di esprimere la loro disciplina tentando di coinvolgere il maggior numero di persone.

Anche questo è stato un vero e proprio successo, un modo semplice per ravvivare la città con la speranza di aver incuriosito e avvicinato qualcuno a questo magnifico "sport" che è il Karate.



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>

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



CAMPUS 2023 FANANO (MO)



Un evento che, a causa di qualche problema e un pò di incertezza, sembrava non potersi realizzare...

Che dire, un campus che faticava a partire si è tramutato in un evento indimenticabile.

Molti fattori positivi hanno reso bellissima questa nuova esperienza che la Società ha fortemente voluto, con l'idea di poter regalare ai ragazzi e alle famiglie una visione completa di cosa è il nostro "Team"... e prontamente le famiglie e i ragazzi hanno risposto.

Più di 50 persone hanno riempito l'Hotel Pineta di Fanano sull'appennino modenese, Appennino che ci ha regalato quasi 4 giorni di bel tempo e buone temperature. Una buona organizzazione ha contribuito a rendere il tutto più semplice, dal check-in all'hotel, al programma curato nei minimi particolari fino ai pranzi e alle cene.

Ma cominciamo con ordine:

Il giorno dell'arrivo, giovedì 31 agosto, è stato segnato subito da un allenamento in pineta, comodissima location di fianco all'hotel, i ragazzi hanno ripassato un pò di fondamentali, lavorato su un nuovo kata e preparato il programma della dimostrazione che si sarebbe svolta in piazza il sabato successivo. Tutto regolare, impegno, voglia di imparare con un clima rilassato e costruttivo.

Prima di cena l'immane e ormai rodato Gioco/aperitivo che ha addirittura consegnato regali e applausi per tutti. Alla sera, dopo una buona cena, non poteva mancare l'intrattenimento di Samanta che tra giochi e Karaoke ha coinvolto tutti.

Novità di quest'anno era impararsi il testo del nuovo inno di Karatemantova e direi che, soprattutto i più piccoli non hanno mancato...obiettivo centrato?





Venerdì 1 settembre è stato il giorno della camminata in montagna, grazie alla guida di Alessandro, carabiniere soccorritore, siamo partiti in direzione Monte Cimone, giornata fantastica, un bel sole e una temperatura perfetta.

La camminata è stata lunga ma decisamente poco stancante, la *parte nobile* della nostra carovana (nella fattispecie di *Re Carlo*, non me ne voglia... è un gioco!) ha trovato anche un passaggio da parte di un cocchio reale fino alla cima del monte. In realtà la nostra meta era Villa Pace, un rifugio del CAI a circa 1800mt di altitudine, luogo dove avremmo dovuto fermarci per consumare il pranzo al sacco fornito dall'hotel.

Giunti al luogo destinato Alessandro apre il rifugio e ci fornisce ogni comfort possibile, sdraio, acqua, tavoli, panche e sì, si può dire, anche qualche birretta che con i panini era perfetta. Qualcuno ha approfittato per

abbronzarsi e qualcun'altro ha usufruito del fresco del rifugio. È stata una bellissima giornata, vissuta da tutti, passeggiare con bimbi compresi... una mattinata di condivisione sincera. Ma non era finita qua, infatti al ritorno i ragazzi si sono fiondati in piscina, la piscina di Fanano all'aperto... ultimo giorno di apertura dell'estate, con un clima non proprio da riviera adriatica in luglio ma che certo non ha fermato i più giovani e forti della combriccola. Immane il Gioco/Aperitivo e alla sera, come sempre dopo una buona cena, sono continuati i giochi e gli intrattenimenti, carte, musica e canto. Samanta è una forza della natura, secondo me dovrebbe avere un'agenzia di spettacolo per villaggi turistici...nr.1...





Sabato 2 settembre è cominciato con un evento speciale, una piccola gara tra "amici" che ha comunque coinvolto tutti gli atleti con impegno e regalato una bella medaglia di partecipazione... inutile dire la gioia dei più piccoli nel ricevere il premio.

Prima della gara i ragazzi hanno ripassato il programma della dimostrazione che si sarebbe svolta nel pomeriggio.

Alle, 17,30 infatti, in Piazza a Fanano, con il patrocinio dell'ente del turismo, nella persona del presidente Maria Rosa Cavallini, si è svolta la dimostrazione, una soddisfazione vedere persone fermarsi incuriosite e scoprire una disciplina a molti sconosciuta, è stato un discreto successo che ha oltretutto posto le basi per una possibile collaborazione futura con APT e IAT di Fanano per l'eventuale organizzazione di gare a livello nazionale nella splendida location del palaghiaccio del paese.

Chissà se mai un giorno si potrà realizzare.

Che dire del dopocena? Canti, carte, giochi e un pò di chiacchiere tra amici...



Domenica 3 settembre, giorno del rientro, come sempre la giornata più triste ma con in programma l'evento più adrenalinico: il parco avventura.

Percorso tra gli alberi in zona Lago della Ninfa, non tutti hanno partecipato ma i ragazzi si sono buttati senza scrupoli in questa avventura, chi nei percorsi più semplici, chi nei percorsi più difficili..dopo più di 2 ore i più temerari hanno raccontato di una esperienza dura ma incredibilmente emozionante, la zip line soprattutto, un lancio nel vuoto da una discreta altezza che appesi ad una fune li ha fatti attraversare l'intera vallata... Che dire, una degna conclusione di una 3 giorni intensa.

Per il pranzo qualcuno ha preferito il "Rifugio Ninfa" e qualcun'altro ha rimediato al "baracchino" della griglia concedendosi salsiccia e hamburger... Baci e abbracci e tutti verso casa.



Una Bellissima esperienza riuscita in tutto.

Un grazie naturalmente al Maestro Davide e a Daniela che finalmente si sono anche concessi una piccola vacanza in mezzo a impegni di ogni tipo, un grazie al nostro Presidente Andrea Antonelli che con tutta la famiglia si è unito a questa esperienza, un grazie a Daniel che come sempre ha supportato i ragazzi nei riscaldamenti, un ringraziamento a Luca Morra e Samanta per essere sempre presenti e operativi, un grazie a tutti gli atleti dal più piccolo al più grande, ma soprattutto grazie a tutti i genitori che hanno appoggiato questa iniziativa e che credo ripeteranno in futuro. Che altro dire... Ci vediamo il prossimo anno.

P.s.: vorrei ringraziare anche Nadia e Vittorio dell'Hotel Pineta, due persone molto gentili e disponibili che hanno perfettamente interpretato e capito le Nostre esigenze rendendoci la vita molto facile. Speriamo sia un arrivederci...



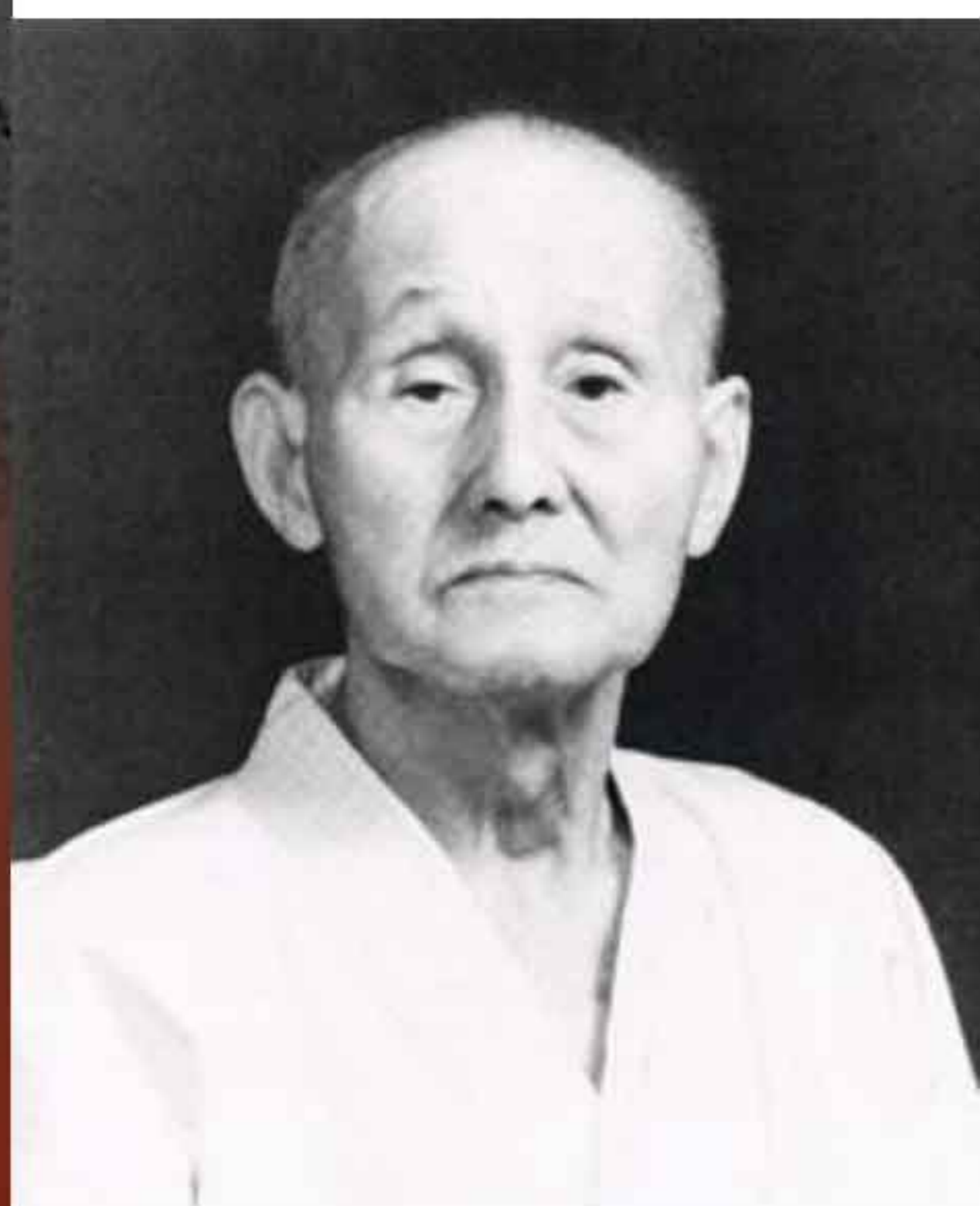


WADO-RYU (MAESTRO HIRONORI OTZUKA)

Wado Ryu letteralmente tradotto significa la via dell'armonia o la via della pace.

Antica arte marziale giapponese sviluppatasi fino ai giorni nostri, diventando un'eccellente disciplina del corpo e dello spirito.

Questo stile comprende tecniche di braccia, di gambe, di gomito, di ginocchia, e include le leve e proiezioni provenienti dal Sindo Ryu, Ju Jitsu e Kempo. Nel 1953, uno dei primissimi allievi di G. Funakoshi, Hironori Otsuka nato il 1° Giugno del 1892 e morto il 19 Gennaio del 1982, dopo vari anni di studi sulle antiche Arti, perfezionò un innovativo stile, oggi considerato tra le più potenti organizzazioni in Giappone denominandolo "WADO RYU" tradotto "Scuola della Via della pace".



HIRONORI OTZUKA

In breve la via del karate Wado Ryu del maestro Hironori:

Hironori Otsuka, nacque a Shimodate, Ibaragi. Secondo di quattro fratelli.

All'età di 6 anni, il maestro H.Otsuka entrò nella Scuola di Shizaburo Nakayama, maestro di Shinto Yoshin Ryu.

A 29 anni diventò Maestro e successore dello stile.

Nel luglio del 1922, il maestro Hironori Otsuka iniziò lo studio dell'Okinawa Tode (Karate).

Durante i suoi studi adatta le tecniche base apprese dal Jujitsu, modificando alcune tecniche di Karate, creando così un suo stile. Nel Maggio del 1934, all'età di 43 anni, il maestro H.Otsuka fondò lo stile Wado-Ryu Karate-Jutsu ed il Wado-Ryu-Jujutsu kempo, fondendo il Karate di Okinawa con il Jujutsu tradizionale.

Il maestro H.Otsuka, il fondatore di questo stile, fu tra i maggiori esperti del Budo giapponese ed autentico Samurai, pertanto raggiunse il più alto grado e

riconoscimento che si possa ottenere dal governo giapponese. Egli è stato uno dei migliori allievi del padre del karate moderno, il M° Gichin Funakoshi.

I KATA DI WADO RYU

Il primo Kata in questo stile, in realtà, è il Kihon Kata, mentre Nidan (secondo livello) e Shodan (primo livello) sono invertiti per facilitarne l'apprendimento.

- Kata di base (Kata Pinan)
 - 1 Pinan Nidan - 2 Pinan Shodan - 3 Pinan Sandan - 4 Pinan Yondan - 5 Pinan Godan
- Kata superiori - 1 Kushanku - 2 Naihanchi - 3 Seishan - 4 Chintō - 5 Jitte - 6 Jion - 7 Niseishi - 8 Bassai
- 9 Wanchu - 10 Rohai



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

FOTO/RICORDI



anno 2009!
Dimostrazione al Centro
Commerciale il Gigante
di Curtatone.
Chi si riconosce?

I NOSTRI TROFEI

Campionato Regionale
Veneto 2009
2 classificati



CHINALI901

bici e riparazioni dal 1901

Via Aldo Moro n.3 | Mantova

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





Gunship della Guardia di Coruscant™

Da questo numero ho deciso di iniziare un percorso sulle novità Lego 2023, non si poteva non cominciare da Star Wars

I fan possono prendere il comando delle proprie missioni Star Wars: Le guerre dei cloni con questa Gunship della Guardia di Coruscant in mattoncini LEGO® (75354).

La cannoniera è dotata di 2 cabine pilota, 2 shooter, 2 cannoni regolabili e una maniglia per il volo. Il portellone posteriore e il pannello laterale scorrevole consentono un facile accesso alla cabina dove c'è spazio per i soldati.

Una fantastica idea regalo Star Wars™ per i bambini dai

9 anni in su, il set include anche 5 minifigure LEGO, tra cui il Comandante Fox, il Cancelliere Palpatine e Padmé Amidala, più 3 pistole blaster e 2 blaster per il gioco d'azione.

Spazio all'interno per soldati ed equipaggiamento: abbassa il portellone posteriore e apri il lato della cannoniera per accedere alla cabina

Questa cannoniera d'attacco della Repubblica LEGO® Star Wars™ costruibile misura 15 cm di altezza, 37 cm di lunghezza e 41 cm di larghezza.

Istruzioni intuitive: utilizzando l'app LEGO® Builder, i bambini possono ingrandire, ruotare i set in 3D e visualizzare una versione digitale del modello mentre lo costruiscono.

Giocattoli da costruzione per tutte le età: i set LEGO® Star Wars™ consentono ai fan di Star Wars adulti e bambini di ricreare scene leggendarie, inventare storie o esporre i modelli realizzati in mattoncini.

Penso proprio che sarebbe ora di tornare a costruire un pò di set Lego, è proprio una grande soddisfazione vedere nascere i set e immaginare scene epiche, se poi si tratta di Star Wars non si può immaginare di avere dei limiti alla fantasia.



Il nostro amico Alexander ormai è una certezza con il lego. Eccolo con un fantastico set creator: "il super robot"

LE AVVENTURE DI KAR-LOTTA

disegni:
Sara Miozzi

KAR-LOTTA TORNA A STUDIARE IAIDO



A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

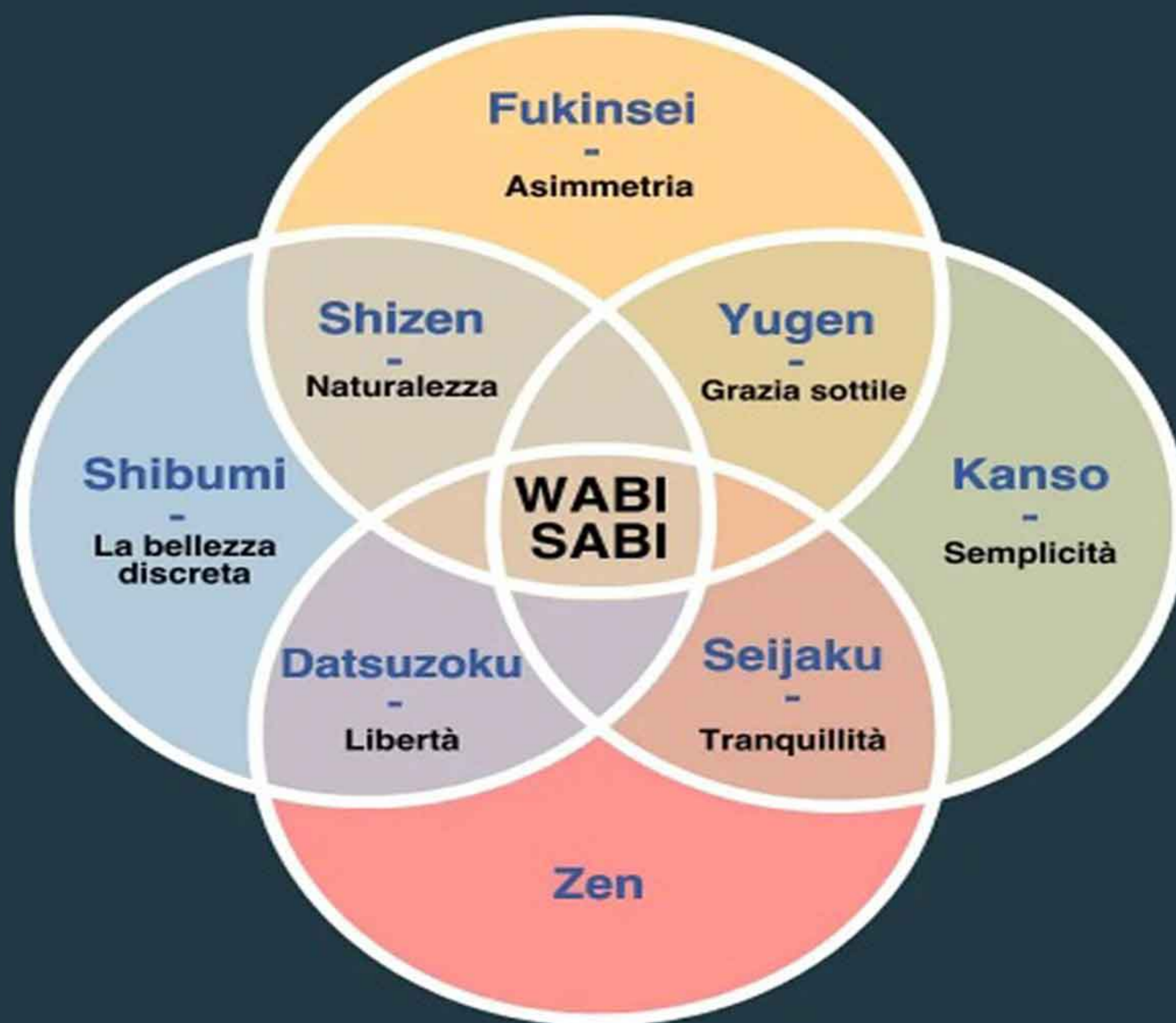
di Ilaria Truzzi e Cristina Reggiani



LASCIAMOCI ISPIRARE DALLA SAGGEZZA GIAPPONESE...

WABI-SABI... un istante perfetto in un mondo imperfetto

Wabi-Sabi 侘寂



Noi occidentali viviamo spesso nella ricerca della “perfezione” e dell’aver sempre tutto sotto controllo. Non accettiamo l’errore, lo sbaglio, la non conoscenza di qualcosa.

In termini molto semplici, il wabi-sabi è una visione orientale che si traduce nell’ accettare l’imperfezione e vederne la bellezza, accettando anche il tempo che avanza e le cose che mutano.

Se chiedete a un giapponese di definire la parola wabi-sabi però è facile che vi risponda con un lungo silenzio. È in realtà un concetto estetico molto complesso e difficile da spiegare.

侘 wabi significa “solitudine”, ma non intesa come sensazione negativa di isolamento dagli altri.

Va percepita come la piacevole sensazione di essere soli nella natura, lontano dalla società, nella quiete.

寂 sabi significa invece “magro” o “appassito”, ed è oggi tradotto con “apprezzare il vecchio e lo sbiadito”.

Si riferisce alla bellezza e alla serenità che deriva dall’età avanzata, quando la vita (di un oggetto) è evidenziata dall’usura o eventuali riparazioni visibili.

Quello che wabi-sabi insegna è che accettando l’imperfezione ci si riesce ad avvicinare alla “vera essenza”, rendendo futili tutti gli abbellimenti, valorizzando le proprietà uniche del suo vissuto, comprendendo che ogni cosa ha intrinsecamente delle imperfezioni. La natura ce lo insegna molto bene...

Non ci sono e non ci saranno mai due pezzi di legno, acciaio o pietra identici.

Per definirlo possiamo utilizzare 7 principi o elementi:

1. KANSO (簡素): Semplicità o esclusione del non essenziale.

2. FUKINSEI (不均齊): asimmetria o irregolarità. Uno dei principi fondanti dell'estetica Zen, ovvero l'idea di controllare l'equilibrio in una composizione attraverso l'irregolarità e l'asimmetria, come "enso" – "il cerchio Zen" nella pittura a pennello, è disegnato come un cerchio incompleto, a simboleggiare l'armonia e la naturalezza dell'imperfezione che fa parte dell'esistenza.

3. SHIBUMI (渋み): la bellezza nel sobrio, ovvero l'unicità della bellezza semplice e non appariscente, non vistosa.

4. SHIZEN (自然): naturalezza senza pretese. I giapponesi, a differenza nostra, descrivono la natura come indissolubilmente intrecciata agli esseri umani.

L'esempio più utilizzato per illustrare questo concetto è il giardino giapponese, che non è una natura "grezza" ma è creato in armonia con la natura e l'uomo con scopo e intenzione, in un intento creativo non forzoso.

5. YUGEN (幽玄): grazia sottile. Yugen ovvero trovare la bellezza in ciò che non viene rivelato, là dove si può dire che è una "suggestione" piuttosto che una rivelazione.

Un giardino giapponese, a esempio, può dirsi come un insieme di elementi simbolici la cui forma misteriosa di bellezza lascia alla mente la possibilità di immaginare un "oltre".



6. DATSUZOKU (脱俗): libertà dall'abitudine o più comprensibilmente una fuga dall'ordinario e dal convenzionale. Questo principio descrive la sensazione di sorpresa e di stupore quando lasciando libera la mente, si possono pensare le cose in modo eccentrico al nostro comune pensiero: abbracciando l'ignoto ed esplorando la non convenzionalità ci si può aprire a un mondo di possibilità.

7. SEIJAKU (静寂): "tranquillità, quiete e solitudine". Questa ultima interpretazione dei principi del wabisabi è una delle più interessanti perché enfatizza la capacità di trovare la tranquillità in mezzo al caos. Il wabi sabi, è un antidoto efficace a un mondo che si muove sempre più velocemente e che è sempre più orientato al consumo: ci incoraggia a rallentare, a ripristinare un rapporto autentico con la natura, a semplificare la nostra quotidianità e a concentrarci su ciò che conta veramente per noi. Ci insegna a vivere al ritmo delle stagioni e a rendere accogliente la casa, a risollevarci dopo un fallimento e a invecchiare con grazia, a essere più indulgenti con noi stessi e, in definitiva, ad apprezzare la bellezza di una vita «perfettamente imperfetta»: la nostra.



VENCATO SANTO
CARROZZERIA
Tutto per la tua auto

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

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

CARROZZERIA VENCATO

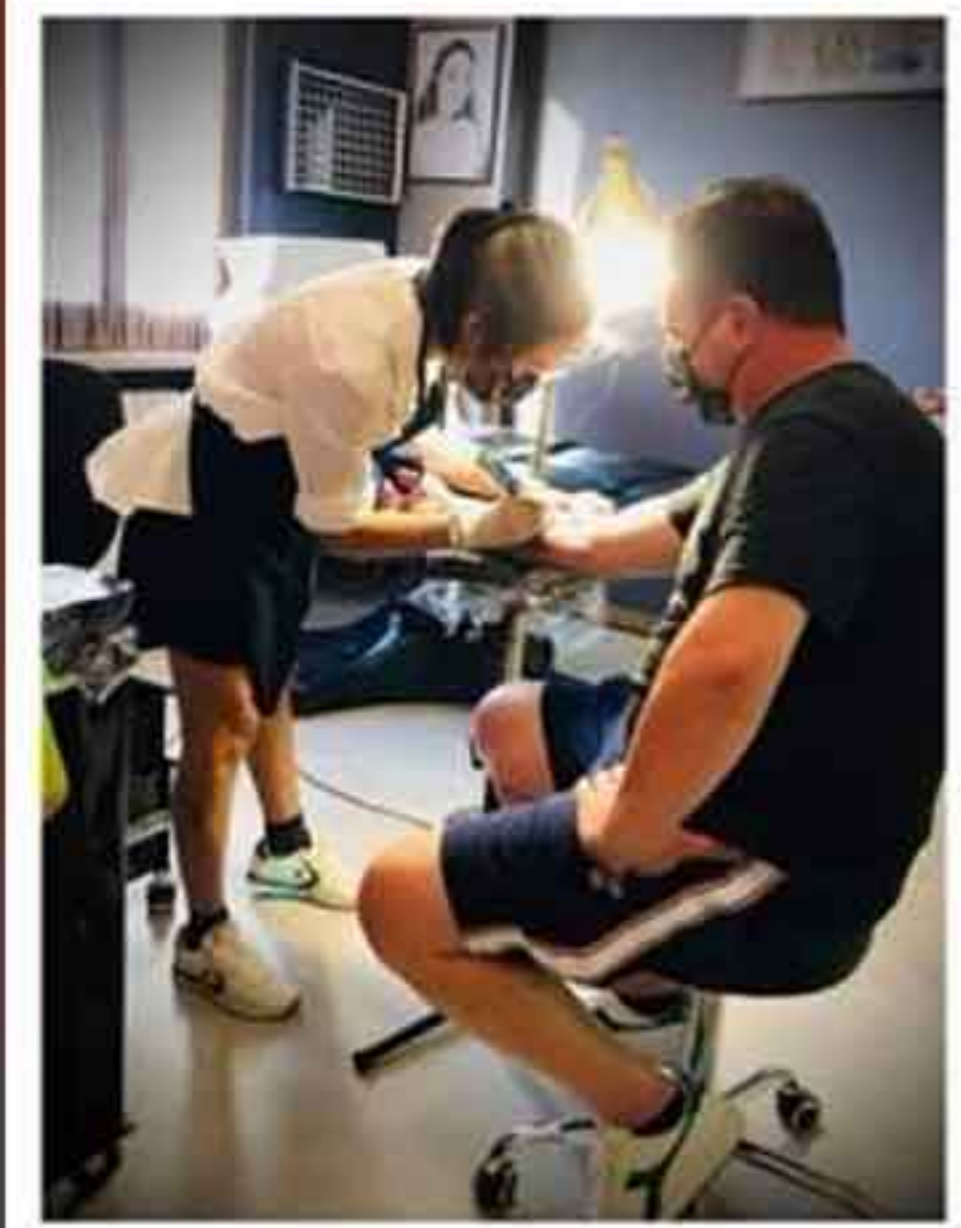
CARROZZERIA VENCATO SANTO AUTO E MOTO
 V. BARCHETTO 34 - 46048 ROVERBELLA (MN)
 TEL. 0376 694059 - CELL. 347 3460590 - MAIL info@carrozzeriavencato.it

Disbrigo pratiche assicurative

Auto di cortesia per chi esegue lavori sulla vettura

- Lavaggio interni a vapore accurati
- Lavaggio auto con aspirazione
- Sostituzione lampadine
- Installazione pellicole oscuranti certificate e omologate
- Sostituzione e riparazione parabrezza a prezzi competitivi
- Installazioni ganci da traino
- Rigenerazione fari automobili sia lucidati che verniciati
- Ricarica climatizzatori
- Personalizzazione vetture

A richiesta trattamento con prodotti specifici per serbatoi con perdite di auto e moto
 Restauro auto d'epoca di ogni genere
 Disbrigo pratiche assicurative



TATTOO YOU

Vnguyen

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



CONSIGLI DI LETTURA

Autore Paolo Facioni



Shotokan Revealed di Paolo Facioni

Premetto che lo sto ancora leggendo, ma non voglio far perdere tempo e occasione a tutti coloro che potrebbero approfittare di una interessantissima lettura che raccomando vivamente.

Il libro del Maestro Paolo Facioni è davvero molto stimolante ed istruttivo, non solo per neofiti o giovani allievi, ma anche, o forse soprattutto, per praticanti più esperti ed insegnanti che possono trovare ulteriori nozioni e conferme utili alla pratica e all'insegnamento.

La parte storica è ricercata con accuratezza e ricca di nozioni certe, poco spazio alle fantasie leggendarie che spesso si tramandano e si favoleggiano.

Sono presenti anche aneddoti e chiarimenti che aiutano il lettore a comprendere per quale ragione il Karate si sia evoluto in un certo modo, cambiamenti tecnici e non solo, con collegamenti che illustrano lo sviluppo della nostra bellissima disciplina fino al giorno d'oggi.

Le innumerevoli nozioni tecniche e pratiche sono di grande aiuto e spunto di riflessione per comprendere e praticare meglio, ma non posso dirvi tutto...,

dovete leggerlo!

Consiglio sinceramente questa lettura, lentamente ed attentamente, ne rimarrete sicuramente soddisfatti.

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

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

Giovedì 24 giugno 2021

Magazine

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

la Voce di Mantova

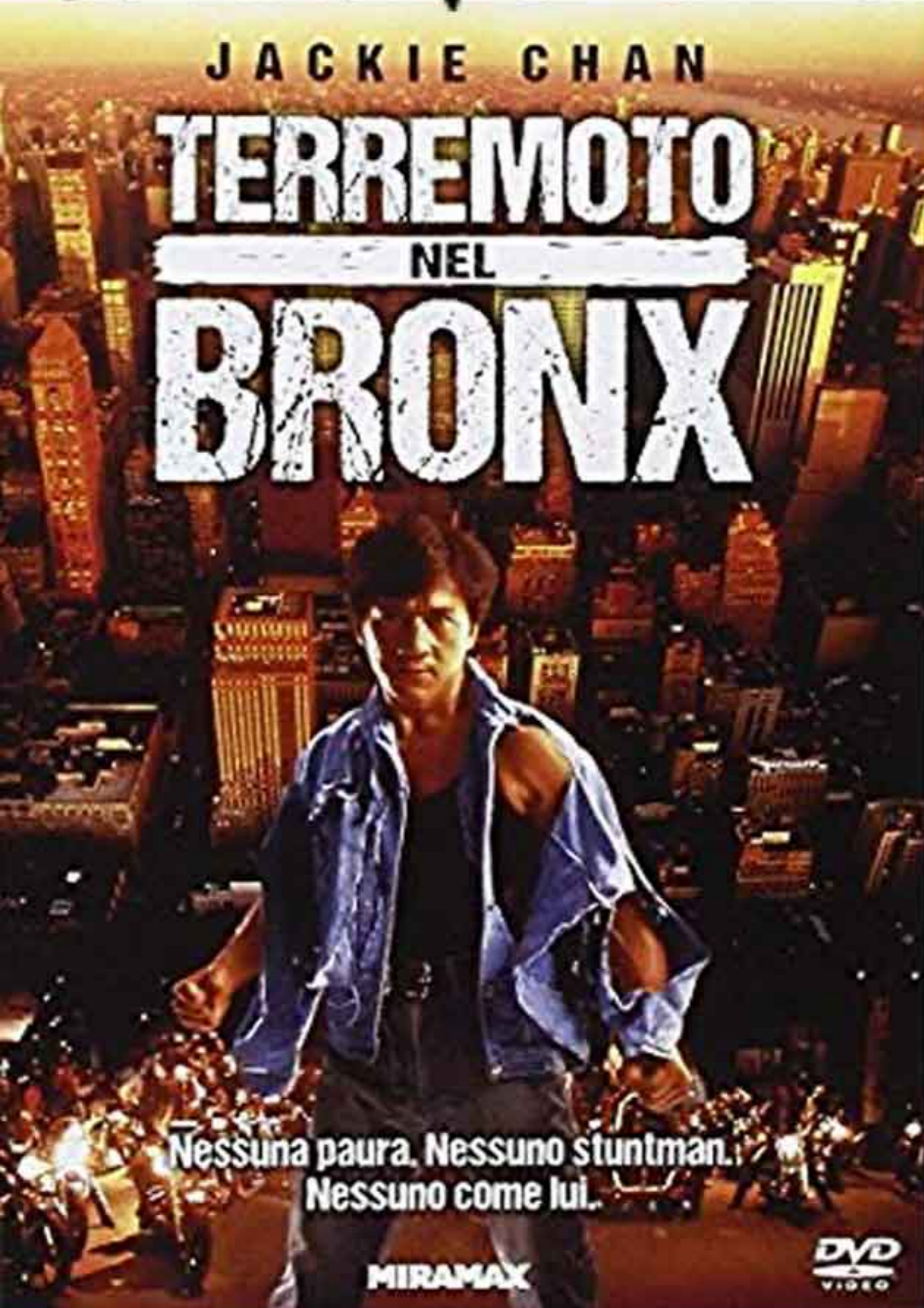
Quotidiano indipendente

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

**LA VOCE DELLO SPORT
PER TUTTI**



TERREMOTO NEL BRONX



"Terremoto nel Bronx" è un film d'azione del 1995 diretto da Barry Levinson e interpretato da un giovane e carismatico Jackie Chan. Il film si distingue per la sua combinazione unica di arti marziali e comicità, portando una ventata di freschezza al genere.

La trama ruota attorno a Keung, un immigrato cinese che gestisce un negozio di alimentari nel Bronx.

Quando una gang di teppisti tenta di estorcere denaro dal suo negozio, Keung si trova coinvolto in una serie di eventi avventurosi e caotici.

La storia prende una svolta interessante quando un falso terremoto colpisce il Bronx, e Keung deve difendere il suo quartiere da una serie di minacce, dimostrando tutto il suo talento nelle arti marziali.

Chan è straordinario nel ruolo di Keung, mescolando il suo carisma innato con acrobazie spettacolari e coreografie di combattimento impeccabili.

La sua comicità fisica aggiunge un tocco di leggerezza al film, rendendo ogni scena di azione non solo emozionante ma anche divertente.

Il cast di supporto è altrettanto solido, con interpreti come Anita Mui e Francoise Yip, che contribuiscono alla ricchezza dei personaggi e alla trama.

La regia di Levinson cattura perfettamente l'energia delle strade del Bronx e il suo stile unico si fonde bene con l'atmosfera del film.

"Terremoto nel Bronx" è un film che riesce a bilanciare azione, commedia e dramma in modo impeccabile. È una gioia per gli amanti del cinema d'azione e offre una prospettiva unica sull'arte delle arti marziali. In definitiva, è un film che rimane un classico del genere e continua a divertire gli spettatori di tutte le età.



UnipolSai
ASSICURAZIONI

Divisione LA PREVIDENTE



di Bottini Andrea

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



RICCHEZZA E BELLEZZA DELLA MUSICA TRADIZIONALE GIAPPONESE

In alcuni numeri precedenti del Nostro Magazine, abbiamo parlato della musica tradizionale e folk del Giappone, in questo numero di ottobre mi permetto di fare un piccolo riassunto e di invitarvi a ricercare in rete musiche tradizionali giapponesi e non solo. È un modo economico di "viaggiare" e scoprire culture e tradizioni lontane da noi...che forse non lo sono poi così tanto...

La musica tradizionale giapponese è una forma d'arte straordinaria che incarna la ricchezza culturale e la bellezza del Giappone.

Radicata in secoli di storia e tradizione, questa musica offre un'esperienza sonora unica che evoca un profondo senso di calma e contemplazione.

Uno degli aspetti più distintivi della musica tradizionale giapponese è l'uso di strumenti musicali tradizionali come il koto, il shamisen, il shakuhachi e il taiko. **Il koto**, una sorta di cetra a 13 corde, produce melodie eteree, mentre il shamisen, uno strumento a corda pizzicata, aggiunge ritmo e profondità. Il shakuhachi è un flauto di bambù che emana suoni evocativi e il taiko è un tamburo che dà potenza e ritmo alla musica.

Le melodie tradizionali giapponesi spesso riflettono la natura e la stagione, catturando la bellezza mutevole delle quattro stagioni. Questa connessione con la natura si riflette anche nella danza tradizionale giapponese, come il Noh e il Kabuki, dove i movimenti dei ballerini sono in sintonia con il ritmo della musica.

La voce umana è un altro elemento essenziale della musica tradizionale giapponese, con canti melodiosi e versi poetici che narrano storie e esprimono emozioni profonde. Questa forma di espressione artistica è spesso utilizzata nelle cerimonie tradizionali e nelle celebrazioni culturali.

In sintesi, la musica tradizionale giapponese è una testimonianza della profonda connessione del Giappone con la sua storia, cultura e ambiente naturale.

La sua ricchezza e bellezza continuano a incantare e ispirare le persone di tutto il mondo, creando un ponte tra passato e presente attraverso suoni che evocano emozioni e riflessioni.

TIPI DI MUSICA TRADIZIONALE GIAPPONESE

La musica tradizionale giapponese è composta da diversi generi distinti, ognuno con un proprio stile e caratteristiche. I generi più popolari sono:

Gagaku:

Il gagaku è la forma più antica di musica tradizionale giapponese. Risale a oltre 1.200 anni fa e viene soprattutto suonata in occasione di cerimonie imperiali e religiose. È fondamentalmente la combinazione di elementi vocali e strumentali ed è caratterizzata da melodie delicate e da un'esecuzione molto precisa.

Shōmyō:

Lo Shōmyō è in sostanza un canto religioso giapponese che si è evoluto dal buddismo importato dalla Cina nel VI secolo. I canti Shōmyō sono meditativi ed esprimono spiritualità e devozione. Eseguiti soprattutto da religiosi dei templi, si caratterizzano per le voci dei monaci che si fondono armoniosamente in melodie di preghiera.

Min'yō:

Il Min'yō è un genere di musica popolare giapponese che riflette la quotidianità delle persone. È suonato con lo shamisen (liuto a tre corde), il taiko (tamburo giapponese) e il flauto shakuhachi. Le canzoni Min'yō sono energiche, piene di emozioni e raccontano storie della cultura giapponese.

IL SIGNIFICATO CULTURALE DELLA MUSICA TRADIZIONALE GIAPPONESE

La musica tradizionale giapponese è di grande importanza culturale nel paese del sol levante. È profondamente radicata nella storia, nei costumi e nelle credenze del popolo giapponese.

I punti chiave della musica tradizionale:

Conservazione della tradizione:

La musica tradizionale giapponese è un mezzo essenziale per preservare e trasmettere la cultura e la storia del Giappone. Viene tramandato di generazione in generazione, preservando stile, tecniche e repertori tradizionali.

Espressione artistica:

La musica tradizionale giapponese è una forma di espressione che permette ai musicisti di comunicare emozioni, raccontare storie e mostrare aspetti della cultura. Fornisce una piattaforma per esprimere bellezza, tristezza, gioia e altri sentimenti profondi.



Il koto



KARATEMANTOVA

Corsi di Kobudo per tutti

Le armi prima delle armi

dal 15 settembre 2023

Lunedì Sustinente
dalle 19.30 alle 20.30
Martedì Marmirolo
dalle 20.00 alle 21.00
Venerdì Mantova
dalle 20.00 alle 20,30

338 5775667
info@karatemantova.it

KARATEMANTOVA

Corsi di Karate per disabili

dal 15 settembre 2023

in tutte le nostre sedi
Marmirolo
Mantova
Goito
Sustinente
Carpinedolo

338 5775667
info@karatemantova.it

KARATEMANTOVA

Corsi di Karate per tutti

MANTOVA

dal 13 settembre 2023

Bambini - Adulti - Agonisti - Amatori

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

all'inizio a settembre
Via Semeghini Defendi
Te Brunetti
fino all'apertura della Sacchi

338 5775667
info@karatemantova.it

KARATEMANTOVA

Corsi di Karate per tutti

GOITO

dal 14 settembre 2023

bambini - adulti - agonisti - amatori

Lunedì e Giovedì
dalle 18.30 alle 20.30
palestra Dynamica
Via Mincio 16

338 5775667
info@karatemantova.it

KARATEMANTOVA

Corsi di Karate per tutti

CARPENEDOLO

dal 12 settembre 2023

bambini - adulti - agonisti - amatori

Martedì e Venerdì
dalle 17.30 alle 19.30
palestra Atene
Via Laffranchi

338 5775667
info@karatemantova.it

KARATEMANTOVA

Corsi di Karate per tutti

SUSTINENTE

dal 14 settembre 2023

Bambini - Adulti - Agonisti - Amatori

Lunedì e Giovedì
dalle 18.30 alle 20.00
Salone Scuole elementari
Via Manzoni

a fine lavori
Palestra Via Trazzi

338 5775667
info@karatemantova.it

KARATEMANTOVA

Corsi di Karate per tutti

MARMIROLO

dal 15 settembre 2023

bambini - agonisti - adulti - amatori

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

338 5775667
info@karatemantova.it

KARATEMANTOVA

INFO:

Daide Reggiani
tel. 338 5775667

mail:
info@karatemantova.it

PROSSIMI APPUNTAMENTI



"PRIMI GUANTI"

karate, kobudo, light boxe
kick boxing contatto leggero

COPPA ITALIA WMAC

TUTTA LA MANIFESTAZIONE
SARA' SVOLTA SU TATAMI

(RIUNIONE ARBITRALE ORE 08,30)

ORE 09,00
INIZIO COMPETIZIONE DI
KARATE E KOBUDO

(RIUNIONE ARBITRALE ORE 12,30)

ORE 13,00
INIZIO COMPETIZIONE LIGHT BOXE KICK BOXING
CONTATTO LEGGERO (LIGHT CONTACT E KICK LIGHT)

TROFEI, MEDAGLIE, PRESTIGIOSI PREMI
IN NATURA E CINTURONI PER GLI ATLETI
CHE SARANNO GIUDICATI
PIU' PROMETTENTI
DALLE VARIE POULE ARBITRALI.

8 OTTOBRE
PONTELAGOSCURO
FERRARA

INFO:

wmacitalia@gmail.com
TEL: 3489038855

FIERA DEL

**GRANA
DEI PRATI**  **PADANO
STABILI**

Quando?

15 ottobre
2023
ore 15.30

Dove?

GOITO (MN)

4 PIAZZE

Piazza Sordello
Piazza Gramsci
Piazza Matteotti
Piazza della Rocca



Dimostrazione di Karate



KARATE

Con il Patrocinio Del
Comune di Lonigo

5° OPEN DI LONIGO

Campionati Nazionali CSI 2023
Fase provinciale 1° prova



LONIGO

29 Ottobre 2023

**Palestra Scuole Medie
"C. Ridolfi"**

Viale della Repubblica, 4

Lonigo (VI)

Inizio ore 9.30

Gara di:

Kata individuale

Kata a squadre

Kata a coppie

Kata disabili

Kata integrato a coppie

Kata doppio misto

Kata con armi

Kata con armi a squadre

N1 NEXTTEL
SMART MANUFACTURING

320 8165939

lucamorra75@libero.it

333 6662048

magaio.aldo@tiscali.it

KUMITE FORMS - INCLUSION-BREAKING - MMA LIGHT - MMA FULL - GRAPPLING
ORIENTAL BOXING - KI KICKBOXING - FULL CONTACT - MMA BOXING
SELF-DEFENSE - POINT FIGHT - LIGHT CONTACT - KICK LIGHT
RUMBLE - NO CONTACT - WMAC KIDS RUN



PRESENTED BY

WMAC

11 - 12.11.2023

**INTERNATIONAL
BREGENZ OPEN**

WORLD CUP

SPORTHALLE RIEDEN-VORKLOSTER
U. BURGGRÄFLERGASSE 11,
6900 BREGENZ, AUSTRIA

REGISTRATION & INVITATION:
WWW.KICKBOXREGISTRATION.COM

HOSTED BY WMAC WORLD
& BLACK DRAGON BREGENZ



KWON

Proud Member Of:
TAFISA



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

tantissime proposte nella sezione HANDMADE!



di REGGIANI CRISTINA

www.crikami.it - info@crikami.it

PREVENTIVI GRATUITI E SENZA IMPEGNO

realizza con me le tue idee...



Fasce con elastico o con ferretto, scrunchies, orecchini a bottone grandi o piccoli, papillon Abbinamenti Lui/Lei o Mamma e figlia

Info e costi: info@crikami.it - 3280120724



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

richiedi informazioni a info@crikami.it



astucci che stanno in piedi

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

tantissime proposte nella sezione HANDMADE!



www.crikami.it - info@crikami.it

PREVENTIVI GRATUITI E SENZA IMPEGNO

realizza con me le tue idee...



cuscino lego personalizzabile col tuo nome



Creiamo insieme quello che più vi piace!

segui Crikami sui social per rimanere aggiornato!



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

RICAMI PERSONALIZZATI, STAMPE E GADGET



MANTOVA PROMOSPORT

di Davide Reggiani

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

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

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

KARATEMANTOVA

A.S.D.



KARATEMANTOVA MAGAZINE



"IL KARATE È MOLTO PIÙ DI UN'ARTE MARZIALE, È UNO STILE DI VITA. OLTRE A PERFEZIONARE LE TECNICHE DI COMBATTIMENTO, INSEGNANDO DISCIPLINA E FORZA INTERIORE, CI INSEGNA AD ABBRACCIARE LA CALMA NELLE TEMPESTE DELLA VITA. LA VERA FORZA RISIEDA NELL'EQUILIBRIO TRA CORPO E MENTE, NELLA CAPACITÀ DI SUPERARE LE SFIDE CON GRAZIA ED ELEGANZA. IL KARATE CI INSEGNA A ESSERE UMILI, RISPETTOSI E MAI SOPRAFFACENTI. OGNI PASSO È UN INSEGNAMENTO, OGNI BATTAGLIA È UN'OPPORTUNITÀ DI CRESCITA. NELL'ARTE DELLA DIFESA, SCOPRIAMO LA SAGGEZZA DELLA PACE E L'IMPORTANZA DI TROVARE ARMONIA DENTRO E FUORI DI NOI."



NEL PROSSIMO NUMERO:

UN OSPITE IMPORTANTE E NUOVI APPUNTAMENTI

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° 41 - OTTOBRE 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, Cristina Reggiani, Ilaria Truzzi, Thomas Magro, Francesco Gola