



NOTIZIE DAL DOJO



KARATEMANTOVA MAGAZINE

UN GRANDE TRAGUARDO



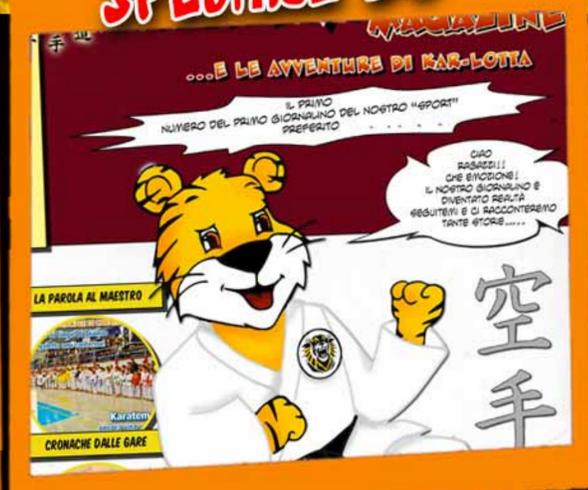
50

IL CINQUANTESIMO NUMERO DEL NOSTRO GIORNALINO

ESAMI DI KYU 2024



SPECIALE 500



CARPENSPORT





KARATEMANTOVA MAGAZINE



IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA

NR. 50 - LUGLIO 2024

SOMMARIO

PAROLA AL MAESTRO.....PAG. 3

BUONE NOTIZIE/ANEDDOTI/STORIA.....PAG. 4

ESAMI DI KYU 2024.....PAG. 6

CARPENSORT.....PAG. 08

MARMIROLO IN FESTA.....PAG. 10

L'ANGOLO DELLA KATANA.....PAG. 12

SPECIALE CINQUANTESIMO NUMERO.....PAG. 14

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA.....PAG. 24

LE AVVENTURE DI KARLOTTA.....PAG. 27

CONSIGLI DI LETTURA.....PAG. 28

TROFEI E RICORDI.....PAG. 29

PROSSIMI APPUNTAMENTI.....PAG. 30

SPECIALE 50°



A SCUOLA CON ILARIA E CRISTINA



KARATEMANTOVA A.S.D. E A.P.S. KARATE SHOTOKAN E KOBUDO DI OKINAWA

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

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!



Seguici su: facebook.



Seguici su Instagram

LA PAROLA AL MAESTRO:

3

LA "VIA" MARZIALE



Un'arte marziale, vissuta come "Via", non si nutre solo di forza, tecnica e abilità, ma anche di valori come la modestia, la pazienza, il coraggio, la determinazione, l'autodisciplina, l'altruismo e l'equanimità.

Perché lo spirito della vera tradizione marziale è quello che alimenta, nel corpo e nell'anima, il guerriero che c'è in ognuno di noi, non importa quanto si diventi bravi o forti.

Quello che conta è che, attraverso la "Via", ognuno possa diventare – innanzi tutto come persona – una "migliore versione di sé".

Questo è lo spirito del Karate e di Karatemantova. *M° Davide Reggiani*

KARATEMANTOVA...SI PROGRAMMA!

A fine stagione il Direttivo di Karatemantova inizia immediatamente la programmazione della prossima stagione sportiva che già si preannuncia "ad alto contenuto". Il 19 giugno si sono riuniti i consiglieri e dirigenti del sodalizio mantovano di arti marziali presso le Piscine Aquablu di Marsiletti di Goito per le grandi novità in vista del ventennale della società sportiva che cadrà nella prossima stagione 2024/2025.

Dopo aver consolidato tutte le conduzioni a livello di istruttori di karate nelle palestre di Mantova, Marmirolo, Goito, Sustinente e Carpenedolo si è passati al rilancio in una nuova modalità del settore kobudo con l'inserimento di nuove forze con elevata esperienza di insegnamento mentre a livello di programma tecnico il Direttore Sportivo e tecnico M° Davide Reggiani ha proposto modalità nuove per coinvolgere più persone e ragazzi in questa affascinante arte marziale. Anche per il karate novità per i bambini con più gioco-sport al posto del riscaldamento classico e un nuovo settore di cui faremo menzione più avanti per arrivare al vero SPORT PER TUTTI.

Inoltre Karatemantova pensa anche ad altri settori sportivi in previsione di aprire nuovi corsi non solo di karate in altre località. Tutto questo sarà contornato da azioni di marketing su media e social e sono nate proposte circa lo studio delle nuove divise sportive. Naturalmente la serata è finita con una bella pizzata tutti insieme in attesa della riunione istruttori prevista per luglio dove saranno illustrate tutte le news 2024/2025.



PRODUZIONI MUSICALI
LIVE "STUDIO" RECORDING
VIDEO STREAMING

Mantova - Via dei Toscani 36/f - 3393116459 - lsstudiomantova@gmail.com

Distributore Ufficiale
di zona

Karategi e judogi:



PROMOSPORT

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

Materiale arti marziali - tatami - personalizzazione abbigliamento

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



BARRUS TŌKAIDO





BUONO, BONARDI, MASAIA, SCAPPI...UNA GRANDE SQUADRA

Era usanza di Tokugawa Ieyasu usare il ventaglio per battaglia. Nelle sue ultime battaglie portava sempre di 2 metri di larghezza dorata che faceva schierare stabiliva il suo campo di comando.

Questo ventaglio è stato visto da lontano sulla quando al comando di 30.000 uomini si è arruolato occidentali a Sekigahara. Verso le 10 del mattino combattimento, Ieyasu perché i suoi uomini nemico. Così ha Momokubari al battaglia.

Oggi nel campo di Tokugawa

dare indicazioni alle truppe in con sé un grande ventaglio di più sul campo di guerra dove si

cima del monte Momokubari per affrontare le forze e dopo due ore di iniziò ad essere impaziente non riuscivano ad avanzare sul spostato il suo campo base dal centro stesso del campo di

di Sekigahara si segnala il campo con una scultura con il ventaglio.



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>

Karate Masters c 1930



Toyama, Ohtsuka, Shimoda, Funakoshi, Motobu, Mabuni, Nakasone, Taira



SAMURAI

The Art of Arms and Armours

26 Giugno-18 Luglio

Museo del Design AD
Piazza Compasso d'Oro, 1 - Milano

In occasione dei XIX Campionati Mondiali di Kendo la CIK - abbiamo il piacere di invitarvi alla nostra nuova mostra a Milano. Ingresso libero. Orari 10.30 / 20.00. Giorno di chiusura il venerdì. Vi aspettiamo numerosi! Il 26 giugno è stata inaugurata la 5° mostra I.N.T.K. CIK, sulla Nihonto, organizzata in concomitanza dei mondiali di Kendo CIK, resterà aperta fino al 18 luglio, (ingresso libero) tutti i giorni escluso il venerdì. Potrete ammirare un vasta selezione di importanti lame dal periodo Koto 1300 delle varie Scuole ai giorni nostri, Yoroï (armature) e Kodogu (accessori della Spada), Tsuba, Fuchi, kashira menuki ecc.. Ogni giorno ci sarà un nostro esperto, che potrà rispondere alle vostre domande. Vi aspettiamo per condividere questa bella e importante iniziativa I.N.T.K..



19° WORLD KENDO CHAMPIONSHIPS

4-7 LUGLIO 2024 - MILANO



浪人 (RONIN)...

Un ronin è un termine del Giappone feudale che si riferisce a un guerriero samurai che è diventato senza padrone. Deriva dalle parole giapponesi "ro" (浪, che significa "onda") e "nin" (人, che significa "persona"). Il termine "ronin" può essere tradotto come "persona errante" o "samurai senza padrone". Il ronin in genere si verificava quando un samurai perdeva il proprio padrone a causa di vari motivi, come la morte o la caduta del proprio signore o lo scioglimento del clan del proprio signore. Di conseguenza, i samurai si ritroverebbero senza un signore da servire e diventerebbero ronin. Essere un ronin era spesso visto come un'esistenza difficile e stimolante, poiché mancava lo status sociale e la stabilità che derivavano dal servire un signore. Alcuni ronin cercavano nuovi padroni da servire, mentre altri diventavano mercenari, insegnanti o perseguivano altri percorsi nella vita. Spesso affrontavano difficoltà sociali ed economiche, ma erano comunque rispettati per le loro abilità di guerriero e per l'adesione al codice d'onore dei samurai, Bushido. Il concetto di ronin è stato romanticizzato ed è diventato un simbolo di resilienza, indipendenza e ricerca della libertà personale nella cultura e nella storia giapponese.



ESAMI DI KYU 2024

KARATEMANTOVA RIUNITA AGLI ESAMI DI CINTURA!

Si sono conclusi gli esami di kyu per tutti i nostri ragazzi di Karatemantova. Una giornata di ansie e preoccupazioni che si sono trasformate in concentrazione e tanto impegno, ed infine grandi sorrisi!

L'esame è una formalità, lo diciamo sempre, ma è un bellissimo momento di crescita per tutti, dai più piccoli agli adulti. Tutti gli istruttori sono orgogliosi di voi e del percorso fatto insieme!

Sabato 01 giugno oltre 100 atleti presenti a Goito presso la Palestra Dinamica di Via Mincio sede legale di karatemantova ASD e APS alla presenza di 20 istruttori, del Direttore tecnico e sportivo di Karatemantova M° Davide Reggiani e del Sindaco di Goito Pietro Chiaventi. Dopo la loro introduzione accompagnata da quella del Presidente Avv. Andrea Antonelli si è passati agli esami annuali di cintura. La manifestazione è stata patrocinata dal Comune di Goito che è sempre al fianco della Società mantovana. Organizzazione come sempre perfetta in pieno stile Karatemantova con lo zampino del Presidente Onorario M° Daniela Braglia e delle Istruttrici Cristina Reggiani e Nicole Gandini.

Grazie al Consigliere Vittorio Magro ma anche a Mattia Tibaldi, Stella Gueresi, Ilaria Truzzi, Elio Masaia, Daniel Treccani, Katia Surfaro, Luca Somma, Maurizio Rossato, Riccardo Tebaldini, Renato Arcari, Alessandro Barretta, Bassirou Sall, Nicola Bonardi che hanno esaminato tutti i ragazzi presenti.

Una nota positiva: 15 le nuove cinture marroni pronte ad iniziare il tratto finale che le porterà in un paio di anni alla cintura nera segno evidente che la società è ancora in forte crescita e maturazione.





L'ansioso ed emozionante momento degli esami di kyu

G. ha iniziato forse 2 mesi fa (o anche di più) ad avere l'ansia pre esame. L'ho seguita, rassicurata ad ogni lezione ma ho anche scherzato su questa sua "paura" per non caricarla maggiormente e per farle capire che non c'era bisogno di renderla più grande del dovuto.. l'esame è una formalità, e valutiamo soprattutto l'impegno di tutto l'anno. Ma è normale e anche giusto che i ragazzi abbiano queste piccole ansie, che non devono diventare eccessive. e che a me piace chiamare "ansie positive". Perché è umano, significa che stanno affrontando qualcosa di davvero importante per loro, a cui loro tengono molto..e che vogliono fare del loro meglio!

Per chi pratica karate, l'esame è un traguardo importante, e davvero significativo. Ottengono una nuova cintura, un colore diverso, che determina la loro esperienza e il loro impegno. È quindi bello anche vedere la preoccupazione trasformarsi in impegno per far bene..a volte in pianto per sfogo o per paura di aver sbagliato qualcosa..e poi un grande sorriso per il traguardo raggiunto

Congratulazioni a tutti!

è sempre una grande emozione per me e orgoglio vedervi sorridere nel ricevere il diploma e la nuova cintura!

Cristina Reggiani



CARPENSPORT



Sabato 8 giugno a Carpenedolo si è svolto il CarpenSport, ovvero la festa della sport e la palestra di Karatemantova di Carpenedolo ha partecipato con un bel gruppo numeroso di bambini.

Il gruppo è stato seguito degli istruttori Bass Sall, Daniel Treccani e Katia Surfaro.

L'esibizione è iniziata con il saluto che è la parte più importante del karate e in seguito, dopo un breve riscaldamento, tutti insieme hanno eseguito un kihon base.

Successivamente tutte le gialle hanno eseguito il kata Heian Shodan, ovvero il primo kata della pace con il suo rispettivo bunkai.

In seguito le cinture più alte hanno presentato il kata heian sandan e il suo bunkai.

In seguito i due istruttori, Katia Surfaro e Daniel Treccani hanno eseguito il kata gojushiho sho a coppia concludendo con il suo rispettivo bunkai.

Infine per chiudere l'esibizione i due atleti Tommaso Pini e Daniel Pischedda hanno eseguito il kata heian nidan a coppia concludendo così la dimostrazione. Alla fine il saluto tutti insieme.

Una bellissima esibizione con un bellissimo team e tanta voglia di mettersi in gioco e dimostrare la bellezza di questa arte marziale.





MARMIROLO IN FESTA



A MARMIROLO IN FESTA KARATEMANTOVA IN FLASH MOB

Dopo carpensport è continuata la carrellata di presentazioni in piazza della società mantovana Karatemantova ASD e APS. Domenica 16 giugno è stata la volta di Marmirolo Paese in festa 2024.

Prevista la presentazione delle società sportive del territorio che hanno descritto con il contorno dei propri atleti, la loro realtà e i risultati raggiunti in stagione.

Karatemantova cosa ha pensato?

Facciamo dei Flash Mob itineranti nei vari punti della piazza di karate e kobudo a piccoli gruppi spontaneamente.

Bisogna dire che così si è raggiunta la quasi totalità del pubblico presente in piazza.

Poi la grande idea promozionale che andava di moda 6 o 7 anni fa: il Mannequin Challenge.

Perfettamente immobili distribuiti in una vasta area di prato davanti al Comune di Marmirolo descrivendo tecniche di karate e kobudo singole e a coppie per alcuni minuti con un pubblico divertito che faceva foto e filmati dell'avvenimento da gustare interamente sui social Facebook, instagram e tik tok di Karatemantova grazie all'abile montaggio di Cristina. Si forse non è stata una manifestazione tradizionale ma le idee vulcaniche del Direttore Sportivo M° Davide Reggiani bisogna dire che funzionano! Arrivederci alla prossima piazza!





L'ANGOLO DELLA KATANA

アイド

LA SPADA DI KILL BILL ESCE DAL MITO E DIVENTA REALTÀ: PIÙ LETALE DI QUELLA DI ZORRO, PIÙ FAMOSA DI EXCALIBUR, LA LAMA DONATA DAL FABBRO-SAMURAI HATTORI HANZO ALLA SPOSA ESISTE DAVVERO...



Il team di Man at Arms ha ricostruito la celebre arma con cui Uma Thurman/Beatrix Kiddo affetta l'intera gang degli 88 folli nella pellicola di Quentin Tarantino.

Un lavoro "impossibile", visto l'utilizzo di tecniche antiche, fedeli ai metodi di forgiatura utilizzati in Giappone... indovinate da chi?

Da Hattori Hanzo, che non è un personaggio di fantasia ma un grande samurai vissuto nel Cinquecento.

Soprannominato "Hanzō il diavolo" per le doti di stratega, passa alla storia per la lealtà assoluta a Tokugawa Ieyasu, che aiuta a salire sul trono del regno del Giappone.

Hanzo, iniziato l'addestramento sul monte Kurama all'età di 8 anni, a 12 è già un guerriero esperto, e a 18 un maestro samurai.

Nel 1582 con uno stratagemma permette al suo signore di evitare l'arresto e salvare la vita, ma quando sale al trono lui, come Cincinnato, si fa da parte, e vive i suoi ultimi anni come monaco col nome di Sainen.

L'odierna Tokyo gli ha dedicato una linea della metropolitana, la Hanzomon, con fermata (la Z5) dove sorgeva la sua casa.

Ma torniamo alla leggendaria spada. Una katana da collezione, costa fra i 5000 e i 25000 euro, per realizzarla i fabbri più rinomati impiegano fino a 8 mesi.

Quelle antiche costano molto di più.

Per la fabbricazione servono metalli di altissima qualità. Il 95% è acciaio, ma solo del tipo Tamahagame, un "acciaio gioiello" ricavato da sabbia nera sciolta in particolari forni detti Tatara. Solo per ottenere l'acciaio servono 3 giorni.

Ogni artigiano ha poi la sua miscela per gli altri metalli: carbonio, tungsteno, molibdeno, titanio rame, manganese, e silicio. Una volta reso morbido l'acciaio, si fanno fino a 15 piegature, corrispondenti a 32768 strati, per permettere al carbonio di diffondersi in modo omogeneo.

Quindi si affila la lama alternando bagni in acqua calda e fredda, si ricopre con argilla e si cuoce ad alta temperatura, finché il metallo non è rosso, poi si temprava immergendola in acqua a 37 gradi.

La lavorazione, tutta rigorosamente fatta a mano, si conclude con una complessa fase di lucidatura a specchio con pietre abrasive e levigatrici.

Pare che un tempo per il collaudo il fabbro, piantata l'arma in un ruscello, facesse scivolare in acqua una foglia. Se, trascinata dalla corrente, al contatto con la lama veniva tagliata in due, la katana era pronta.

Scopri il libro "Storie straordinarie" (Florence art edizioni) dove Luciano Donzella racconta oltre 300 storie incredibili ma vere.

Per riceverlo a casa segui il link:

<https://florenceartedizioni.com/catalogo/storie-straordinarie-luciano-donzella/>



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

50° NUMERO DEL NOSTRO MAGAZINE

UN TRAGUARDO DI SUCCESSO E RESILIENZA

Correva l'anno 2020, un anno segnato da cambiamenti radicali e sfide inaspettate. La pandemia di COVID-19 stava segnando duramente ogni aspetto della nostra vita quotidiana, inclusa la nostra amata società sportiva, Karatemantova.

Una realtà tanto impegnata nel sociale, che improvvisamente si è trovata senza la sua palestra, senza la possibilità di stare insieme e senza le gare che tanto amavamo. Ma è proprio nei momenti di crisi che emergono le idee più brillanti e innovative, e così è stato anche per noi.

L'idea di un ragazzo ha fatto la differenza: "Facciamo un giornalino!" E così, nel mezzo della pandemia, è nato il nostro Magazine.

Quello che inizialmente sembrava un semplice progetto per mantenere il contatto tra i membri della nostra comunità è diventato qualcosa di molto più grande. Ed eccoci qua, al cinquantesimo numero del Karatemantova Magazine. Chi avrebbe mai pensato di arrivare così lontano?

In questi cinquanta numeri, abbiamo avuto l'onore di ospitare figure di rilievo a livello internazionale e campioni italiani, offrendo ai nostri lettori un'ampia gamma di contenuti di qualità.

Abbiamo raccontato le storie dei nostri atleti e ragazzi, dando loro una voce e un palco per condividere le loro esperienze e successi.

Inoltre, abbiamo creato storie a fumetti sulla nostra mascotte, Karlotta, che hanno intrattenuto e forse anche un pò divertito giovani e meno giovani.

Il numero dei lettori è cresciuto costantemente, dimostrando l'interesse e l'apprezzamento per il nostro lavoro. Questo ci ha spinto a continuare a migliorare e ad espandere i contenuti del nostro magazine.

Il cinquantesimo numero rappresenta non solo un traguardo importante, ma anche una testimonianza della resilienza e della passione che caratterizzano la nostra società sportiva.

La realizzazione del Karatemantova Magazine è frutto di un lavoro di squadra instancabile.

Ogni edizione richiede ore di impegno per l'impaginazione, la scrittura e la raccolta dei documenti.

È un lavoro che facciamo con amore e dedizione, sapendo che stiamo creando qualcosa di prezioso per la nostra comunità.

Grazie al supporto di tutti i lettori, siamo riusciti a superare le difficoltà e a raggiungere questo importante traguardo. Mentre celebriamo il cinquantesimo numero, guardiamo al futuro con speranza e determinazione.

Come ci insegna lo spirito del karate, non ci fermeremo mai. Continueremo a crescere, ad innovare e a migliorare, sempre con l'obiettivo di unire e ispirare la nostra comunità.

Ringraziamo di cuore tutti i lettori per il loro sostegno continuo. Senza di voi, nulla di tutto questo sarebbe possibile. Siete voi la forza che ci spinge a dare il massimo, numero dopo numero.

E mentre festeggiamo questo straordinario traguardo, già guardiamo avanti al prossimo obiettivo: il centesimo numero del Karatemantova Magazine. Sarà un'altra pietra miliare nel nostro viaggio, e non vediamo l'ora di raggiungerla insieme a voi.

Nel frattempo, continueremo a raccontare le storie dei nostri atleti, a ospitare figure di rilievo e a creare contenuti che riflettano la passione e la dedizione che caratterizzano Karatemantova.

Grazie a tutti per essere parte di questa incredibile avventura. Ci vediamo al prossimo numero e, naturalmente, alla grande festa del centesimo numero!

Una menzione speciale per chi collabora e per chi ha collaborato in questi anni, Grazie a: Davide Reggiani, Cristina Reggiani, Simone Reggiani per pubblicare ogni mese il giornalino, Ilaria Truzzi, Luca Scappi, Carola Malgioglio, Riccardo Tebaldini, Alessandro Barretta, Sara Miozzi, Thomas Magro, James Bulgarelli, Noemi Borghesan, Vittorio Magro, Daniela Braglia, Sergio DeMarchi, grazie a tutti gli ospiti che si sono prestati a raccontare la loro storia e a darci qualche consiglio, grazie a chi legge ogni mese il giornalino, ai genitori e non di meno agli sponsor che contribuiscono a mantenere una buona rotta. Se ci siamo dimenticati qualcuno vi preghiamo di scusarci...

Come già detto in molti numeri, qualsiasi idea abbiate, qualsiasi suggerimento e soprattutto se mai aveste voglia di collaborare, contattateci, più siamo e più possibilità abbiamo di mantenere vivo questo speciale Magazine.

UnipolSai
ASSICURAZIONI

Divisione **LA PREVIDENTE**



di **Bottini Andrea**

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



KARATEMANTOVA MAGAZINE

STORIE DAL DOJO

...E LE AVVENTURE DI KAR-LOTTA

IL PRIMO NUMERO DEL PRIMO GIORNALINO DEL NOSTRO "SPORT" PREFERITO

CIAO RAGAZZI!! CHE EMOZIONE! IL NOSTRO GIORNALINO È DIVENTATO REALTÀ SEGUITEMI E CI RACCONTEREMO TANTE STORIE.....



空手道

È COMINCIATO DA QUI

LA PAROLA AL MAESTRO



CRONACHE DALLE GARE



UN CALCIO AL CORONAVIRUS



....MA LEGO E KARATE?



LA NOSTRA PALESTRA, LA NOSTRA CASA

IL SALUTO DEL PRESIDENTE

Il numero 50 del nostro mensile è un numero speciale sia perché mi vede per la prima volta come presidente tra gli autori sia perché lo possiamo considerare l'inizio della stagione 2024 / 2025 con cui la nostra associazione compirà i 20 anni di attività.

Karatemantova Asd in questi 20 anni si è trasformata, ampliata ed innovata costantemente scegliendo di diventare, da semplice ASD, una APS e poi a tutti gli effetti ETS adeguandosi prontamente alle recenti riforme del terzo settore.

La strada tracciata da qualche anno è stata quella insieme al CSI di non essere più solo un'associazione sportiva dilettantistica, ma di divenire un ente del terzo settore disponibile ad offrire una formazione a 360° nel solco del principio del budo che ha come principale obiettivo quello di coltivare il carattere, migliorare la capacità di giudizio e formare individui di valore.

Quest'anno attraverso il Bando Spazi Civici siamo riusciti a favorire un'attività di aggregazione e formativa pressoché gratuita per tutti i ragazzi della fascia 14 - 34 prevedendo momenti di formazione tecnica, sportiva, psicologia, nutrizionale e legale.

La strada tracciata per i prossimi anni da Karatemantova sia di mantenere nel karate e nel kobudo di Okinawa il centro delle nostre attività sia di avvicinarci anche ad altri settori, in un'ottica di obiettivo benessere per tutti, per qualunque fascia di età, superando ogni barriera per una sempre maggiore inclusività.



TATTOO YOU

Vnguyen

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



..UN PÒ DI COPERTINE:



IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 13 - GIUGNO 2021

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

SALVATORE "SAVIO" LORIA
IL KARATEKA PIU' MEDAGLIATO

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

IN QUESTO NUMERO:

- M^o JIA YIMIN: SCUOLA DI TAIJI MANTIDE
- MUSICA: L'AUDIOLIBRO DI MORGAN
- ESAMI DI DAN E MOLTO ALTRO

KARATE 2° OPEN DI LONIGO
CAMPIONATO PROVINCIALE CSI

STORIA DI KARATEMANTOVA

DRAGON
LA STORIA DI BRUCE LEE

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 13 - GIUGNO 2021

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

CIRO MASSA

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

NIHONGO

TANTE GARE GRANDI PIAZZAMENTI KARATEMANTOVA SEMPRE IN VETTA

LE AVVENTURE DI KAR-LOTTA

1° CAMPUS 2021 AURONZO DI DOLOMI

ANCORA POSTI LIBERI PER IL CAMPUS...

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

FRANCK DUBOISSE

IN QUESTO NUMERO:

- LUCA VALDESI NUOVO D.T. FIJKAM
- DIFESA PERSONALE A SUSTINENTE

SPECIALE AURONZO 2° PONTATA

I RISULTATI DEL 3° OPEN CITTÀ DI LONIGO

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - ANNO 1° NR. 1 - GIUGNO 2020

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

CONCENTRAZIONE

..MA ALLORA È VERO: RICOMINCIAMO AD ALLENARCI!!

TORNIAMO AD ALLENARCI

STAGE DI KARATE!

I NOSTRI TROFEI!

Lo Sport riparte il

RISPETTIAMO LE REGOLE!

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - ANNO 1° NR. 5 - OTTOBRE 2020

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

- CONTINUA LA PASSERELLA DI CAMPIONI CON UNA GRANDE AMICA DI KARATEMANTOVA **SARA CARDIN**

CONSIGLI DI LETTURA

..E UNA NUOVA RUBRICA

INTERVISTA AL M^o DAVIDE REGGIANI

GLI ATLETI DI KARATEMANTOVA

STORIA DI KARATEMANTOVA

IL KARATE NEI FILM



VEDIAMO CHI SE LE RICORDA???

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 18 - NOVEMBRE 2021

DAL DOJO #BEACTIVE

KARATEMANTOVA MAGAZINE

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

MALE DI CADORE S. BOCCIAMO! MANIFESTAZIONE C.S.I.

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 27 - AGOSTO 2022

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

ROBERTA SODERO

CAIRO 2022 KARATE SERIES A

GLI ULTIMI ESAMI DELLA STAGIONE

CON CRISTINA E ILARIA VISITIAMO "KYOTO"

OCHACAFFE CI RACCONTA IL MONDO DEI COSPLAYER

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

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

D'ONOFRIO: UNA FAMIGLIA DI CAMPIONI

UNA BUONA NOTIZIA PER KARATEMANTOVA DIAMO IL BENVENUTO A VITTORIA

DRAGON DAY CUP CHRISTMAS CUP 2022 BABBO NATALE IN PALESTRA

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - ANNO 1° NR. 4 - SETTEMBRE 2020

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

KARLOTTA VA IN VACANZA

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

GLI STILI DEL KARATE

DIARIO DI OKINAWA

SUPER RICORDI

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - ANNO 1° NR. 9 - SETTEMBRE 2020

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

IN QUESTO NUMERO UN GRANDE OSPITE: DAVIDE BENETELLO

- "RITORNO AL DOJO" KARATEMANTOVA, DAL 1° SETTEMBRE RIPRENDE I CORSI, TORNEREMO IN PALESTRA?

- IMPORTANTI NOVITÀ! UNA CARROZZINA PER "JASON"

KAR-LOTTA E IL KUMITE

NUOVA RUBRICA! GLI ATLETI DI KARATE

MAESTRO

3 ❤️

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 19 - DICEMBRE 2021

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

QUESTA VOLTA VI RACCONTIAMO UN NOSTRO GRANDE CAMPIONE:

NICOLA BONARDI

IN QUESTO NUMERO:
- "TORNEO DEL GONZAGA" RISULTATI E CLASSIFICHE
- L'ANGOLO DELLA KATANA E MOLTO ALTRO...

SPECIALE AURONZO DI CADORE 3ª PUNTATA

OMAGGIO A SHOJUN SUGIYAMA

FINALMENTE NELLA NOSTRA STORICA SEDE!

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 20 - GENNAIO 2022

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

LA NOSTRA ATLETA

KATIA SURFARO

IN QUESTO NUMERO:
- "TORNEO DI VERONA" RISULTATI E CLASSIFICHE
- LUCA VALDESI!

SPECIALE AURONZO DI CADORE 4ª PUNTATA

ESAMI DI KYU

IL CONCORSO DI NATALE

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 21 - FEBBRAIO 2022

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

NICOLE GANDINI

UNA NUOVA AVVENTURA DI KAR-LOTTA

REPORTAGE GIUGNO ESAMI DI DAN, KYU

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 30 - NOVEMBRE 2022

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

DANIEL "SAN" TRECCANI

IN QUESTO NUMERO:
- I RISULTATI DELLE PRIME GARE IMPORTANTI DELLA STAGIONE
- COPPA ITALIA WMAC
- REGALATEVI "VI" UNA STORIA
- PARTECIPATE AL CONCORSO DI KARATEMANTOVA
- 4ª OPEN DI LONIGO

KARATE 4ª OPEN DI LONIGO

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 35 - APRILE 2023

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

GIULIA SACCANI

IN QUESTO NUMERO:
- LE PRIME INFORMAZIONI SUL CAMPUS ESTIVO DI FULVIO SOLE A PAG.30
- LA CERIMONIA DEL TÈ
- OCHACAFFÈ CI RACCONTA IL "SUMO"
- I NOSTRI CAMPIONI PROVINCIALI 2023

LA CERIMONIA DEL TÈ

OCHACAFFÈ CI RACCONTA IL "SUMO"

I NOSTRI CAMPIONI PROVINCIALI 2023

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 40 - SETTEMBRE 2023

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

STELLA GUERESI

CAMPIONATO EUROPEO WMAC SAN MARINO

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 40 - SETTEMBRE 2023

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

ILARIA TRUZZI

IL SIMBOLO DEL KARATE

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 40 - SETTEMBRE 2023

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

CRISTINA REGGIANI

IL SIMBOLO DEL KARATE



KARATEMANTOVA - NR. 26 - LUGLIO 2022

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

MATTIA BONARDI

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

RICOMINCIA IL CORSO DI IAIDO

È KOBUDO

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 25 - GIUGNO 2022

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

MATTIA BONARDI

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

CAMPIONATO EUROPEO CERVIA - WMAC

INTERREGIONALE CSI - VERONA

NEWS CAMPUS 2022

San Zeno di Montagna CAMPUS 2022 Park Hotel Jolanda***

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 29 - OTTOBRE 2022

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

#BEACTIVE

SETTIMANA EUROPEA DELLO SPORT

ZAIRA GEREVINI

REGALATE "VI" UNA STORIA IL NUOVO CONCORSO DI KARATEMANTOVA A PAG. 9

DIARIO DEL CAMPUS SAN ZENO 2022

INVENTIAMO LE AVVENTURE DI KAR-LOTTA E VINCIAMO UN SACCO DI PREMI

KARATEMANTOVA - NR. 37 - GIUGNO 2023

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

ALESSANDRO BARRETTA

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

NAZIONALI CSI 2023 VERONA

7ª PUNTATA

CENTRO SPORTIVO ITALIANO

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 43 - DICEMBRE 2023

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

ALESSANDRO BARRETTA

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

SPECIALE BREGENZ 2023

MEMORIAL VARINI

AGGIORNAMENTO ISTRUTTORI/AULENATORI MAESTRI

IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA - NR. 45 - FEBBRAIO 2024

NOTIZIE DAL DOJO

KARATEMANTOVA MAGAZINE

空手道

THOMAS LARS MAGRO

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

KARATE & RELAX 2024

PLAY DISTRICT

UNA NUOVA COLLABORAZIONE

È NATA "WORLD ITALIA"

DIRE DEI NOSTRI ATLETI??

OPEN





TEMANTONA



A SCUOLA CON KARATEMANTOVA

di Ilaria Truzzi e Cristina Reggiani



SO SFUMATURE DI... GIAPPONE!

Vogliamo festeggiare anche noi questo numero speciale, il cinquantesimo!

Mettiamo in pausa il nostro viaggio nelle arti tradizionali, solo per questo mese, per dedicarci a 50 curiosità sul Giappone! Qualcuna l'abbiamo sicuramente già vista nei vari articoli scritti per i nostri giornalini.. ma le curiosità sono davvero quasi infinite... Cercheremo di dividere le nostre 50 per categorie... Quante ne conosci già?... buona scoperta!

STRADE, ORDINE E PULIZIA

1. Il rispetto dell'ordine e delle code è essenziale.

Tutti sono allineati, nessuno passa davanti all'altro aspettando il proprio turno.

2. Non ci sono cestini per la spazzatura in giro.

I rifiuti si portano a casa dove viene fatta rigorosamente la raccolta differenziata.

3. Ci sono distributori automatici ovunque.

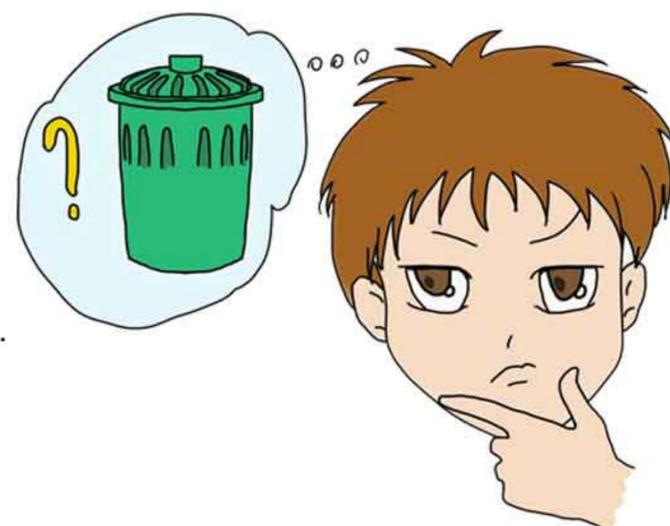
Si stima che ne esista uno ogni 23 persone per un totale di 5 milioni.

4. È proibito fumare in strada.

Non si può fumare per strada perchè, secondo la legge, si può correre il rischio di bruciare involontariamente qualcuno. Si può fumare solo nei punti segnalati, dove sono disponibili dei portacenere.

5. Uno dei paesi con il più basso tasso di crimine al mondo (meno di 1 persona su 100.000 all'anno).

6. I kombini sono i convenience store, cioè i negozi aperti tutta la notte in cui è possibile trovare di tutto dai computer, alla cena, al forno a microonde per riscaldare le pietanze, al bollitore elettrico.



LUOGHI PUBBLICI

7. WC del futuro. Il Giappone ha i bagni più moderni del mondo con pulsanti per riscaldare la tavoletta, lavarsi e regolare la pressione e temperatura dell'acqua, mettere musica e suoni...

8. Esistono dei Capsule Hotel dove le camere vengono sostituite da loculi poco più grandi di una bara (forse è meglio immaginarsi di essere dentro un astronave futuristica) lunga 2 metri e alta e larga 1 metro e 20.

9. I Sento sono bagni pubblici a pagamento dove è possibile lavarsi. Si distinguono dagli Onsen che sono invece vere e proprie sorgenti termali. Entrambi hanno regole molto rigide.

MEZZI PUBBLICI

10. Non si parla al telefono.

Sui treni ed in generali nei mezzi pubblici, è proibito parlare al cellulare.

11. Il Giappone ha i treni più veloci (285 km orari) e **più puntuali del mondo.**

Se un treno ritarda più di un minuto vengono fatte le scuse in conferenza stampa.

12. Ci sono dipendenti nella metropolitana giapponese, chiamati oshiya, che sono incaricati di far entrare le persone sui treni - anche a spintoni, se necessario.



LAVORO

13. L'azienda più longeva al mondo, la costruttrice di templi Kongo Gumi, ha operato nella Terra del Sol Levante dal 578 al 2006.

14. Dormire durante l'orario di lavoro è accettabile, poiché è visto dai capi come un segno che il dipendente sta lavorando sodo.

15. I dipendenti fanno ginnastica in ufficio

Molte aziende giapponesi si prendono cura della salute dei loro dipendenti e quindi organizzano delle sessioni di ginnastica mattutina per tutti.

PERSONE E CULTURA

16. Ci sono più animali domestici che bambini.

Il tasso delle nascite è così basso, che i pannoloni per adulti sono più venduti dei pannolini per bambini.

17. Più religioni. La maggior parte dei giapponesi non ha una religione fissa, mescola il buddismo con lo shintoismo e persino il cristianesimo e non frequenta le chiese, visita solo i templi e vive seguendo le proprie tradizioni.

18. Non tutti gli **inchini** hanno lo stesso significato.

C'è l'es haku, inchino di 15 gradi usato per i saluti informali e per congratularsi, il keirei, inchino di 30 gradi rivolto a chi si trova su un gradino sociale più alto (come un capo), e il saikeirei, inchino di 45 gradi rivolto a personalità davvero importanti come l'imperatore o fatto da chi ha combinato un immenso sbaglio.

19. Non si da del tu!

In Giappone non si da mai del "tu" a chi è più grande di noi o ha più esperienza in campo lavorativo.

20. In Giappone è considerato **maleducato soffiarsi il naso in pubblico.**

21. Soldi, carte di credito e biglietti da visita si danno sempre **con due mani.**

Se ricevete un biglietto da visita durante una riunione di lavoro dovete prenderla, guardarla attentamente per qualche secondo e memorizzare nome e carica di chi e l'ha consegnata.

22. I tatuaggi non sono ben visti perché associati agli Yakuza, la mafia giapponese.

Sia i turisti, sia gli stessi giapponesi non sono accettati in molti luoghi se hanno dei tatuaggi sul corpo.

23. In Giappone, alcune zone del pavimento di casa sono rialzate e indicano quando bisogna **togliersi le scarpe** e camminare scalzi.

24. Il **giapponese che sopravvisse al naufragio del Titanic fu chiamato vigliacco** nel suo paese per non essere morto insieme agli altri passeggeri.

25. I giapponesi sono tra le persone con il **più alto tasso di suicidi al mondo**, essendo la principale causa di morte per gli uomini giapponesi tra i 20 ei 44 anni.

SCUOLA

26. L'analfabetismo è quasi inesistente.

Il tasso di alfabetizzazione in Giappone, inteso come le persone di età pari o superiore ai 15 anni capaci di leggere e scrivere, è pari al 99,8%.

27. Nelle scuole giapponesi, insegnanti e studenti si riuniscono per **pulire le aule e la caffetteria.**

28. Uniformi - È molto comune trovare persone in uniforme, in tutti i luoghi, anche fuori dalla scuola alcuni studenti indossano le loro uniformi.

29. In Giappone è **obbligatorio l'apprendimento di una sola lingua straniera**, l'inglese.

CIBO E RISTORANTI

30. Non si lasciano mance!

Lasciare la mancia in Giappone è insolito e viene visto come "strano". Il cameriere sarebbe capace di seguirvi in strada per restituirvela.

31. Ogni anno in Giappone vengono utilizzati 24 miliardi di **paia di bacchette.**

32. Esistono delle **angurie quadrate** che sono coltivate dagli agricoltori perché sono più facili da impilare e conservare.

33. Tokyo è la città più stellata al mondo (ha 14 ristoranti con 3 stelle michelin).

34. Per imparare a cucinare il **Fugu** (pesce palla) sono necessari 11 anni di addestramento intensivo.

35. I giapponesi **fanno rumore mentre mangiano.**

Fare rumore mentre si mangia, e quindi per esempio risucchiare il ramen in modo rumoroso o il brodo di una zuppa calda, è una cosa molto positiva! È segno che il cibo è delizioso ed è considerato un complimento al cuoco.

36. Esiste un gelato placcato in oro, gustoso ma anche molto costoso, fatto di vaniglia e ricoperto in seguito da uno strato d'oro commestibile.

37. In Giappone è **vietato mangiare del cibo camminando in strada.**

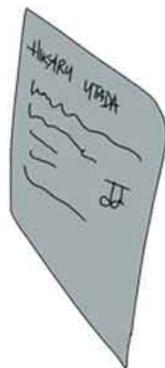
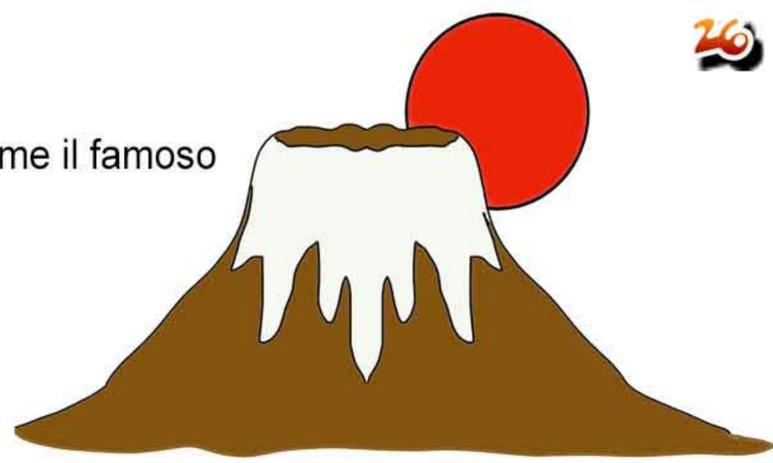
38. Contrariamente a quanto si pensi, **il vero manzo di Kobe è reperibile solo in Giappone** a causa dei controlli e delle restrizioni nell'esportazione.

AUTOLAVAGGIO
AQUARAMA
CAR WASH SYSTEM
Car Lux 20
siamo specializzati nella cura della tua auto

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

STORIA E TERRITORIO

39. Ci sono circa 200 **vulcani**, di cui circa una cinquantina ancora attivi (come il famoso Monte Fuji)
40. Il Giappone è **scosso da 1500 terremoti all'anno**.
41. **Più del 70% del territorio giapponese è costituito da montagne**.
42. In Giappone l'**immigrazione è al minimo** ed è estremamente controllata. Il 98% della popolazione attuale è di etnia giapponese.
43. A Tokyo esiste una torre, la **Tokyo Tower**, identica a quella di Parigi, ma più alta.
44. In Giappone era **vietato ballare in pubblico dopo la mezzanotte**. Questo divieto è stato revocato nel 2015, dopo 67 anni.
45. **I samurai provavano le loro spade su passanti a caso**
La pratica, fortunatamente poco diffusa, dello tsujigiri consisteva nel provare la katana appena ricevuta su passanti inermi, incrociati durante la notte. Era infatti considerato un disonore non riuscire a finire un nemico con un'unica mossa di spada, e questa cruenta pratica era considerata una forma di esercitazione.
46. **Le prime geishe in passato erano uomini**, che intrattenevano gli ospiti con storie, musica e danza.



DIVERTIMENTO

47. Il **Karaoke** è nato in Giappone e significa letteralmente "Orchestra vuota". Esistono inoltre delle sale private dove poter cantare e bere in compagnia.
48. Esiste un **ottovolante sott'acqua**.
49. I **film e i programmi televisivi di animazione giapponesi (anime)** costituiscono il 60% del mercato dell'animazione mondiale.
50. Il Giappone è pieno di **locali a tema** (come gli Animal bar dove puoi passare tempo con cuccioli, gattini, gufi, conigli ecc.. o i Maid Cafè, o ancora gli Anime e Manga Cafè ecc).



idroterm serre

progettazione e costruzione di
serre impianti AGRICOLTURA 4.0

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

KARATEMANTOVA TUTTI I GIOVEDI SULLA GAZZETTA DI MANTOVA - CSI MAGAZINE

GAZZETTA DI MANTOVA



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**



SETTEMBRE/OTTOBRE 2013

PER DAR VOCE A CHI HA POCA VOCE

05

LE AVVENTURE DI KAR-LOTTA

disegni: il pittore mascherato

KARLOTTA VA IN VACANZA



CIAO RAGAZZI!
VADO IN VACANZA,
PREPARO LA VALIGIA, MI
AIUTATE?



SI IL
COSTUME CE
L'HO..

TELO
MARE?
SI, OK!

LE PINNE, SI CI
SONO

LE
CIABATTE?
SI LE HO
PRESE

LA
CREMA
SOLARE? SI SI
CE L'HO

MI SA CHE HO
PROPRIO TUTTO



AMICI, IO
PARTO, HO
TUTTO...

EPPURE MI
SENTO CHE
MANCA
QUALCOSA

KARLOTTA TORNA DI CORSA IN CASA....



IL MIO
LIBRO
DI KARATE...



ECCOLO!!!



AMICI, ANDATE IN
VACANZA, RIPOSATEVI,
MA NON DIMENTICATE DI
PORTARVI SEMPRE UN PÒ DI
KARATE...

くっく

CONSIGLI DI LETTURA

di

Alessandro Minardi e Daniele Bandinidi

Glossario Shōtō-Karate Dō

**Definizione e significato delle forme e tecniche
della Scuola delle "Onde di Pino"**



Alessandro Minardi
Daniele Bandini



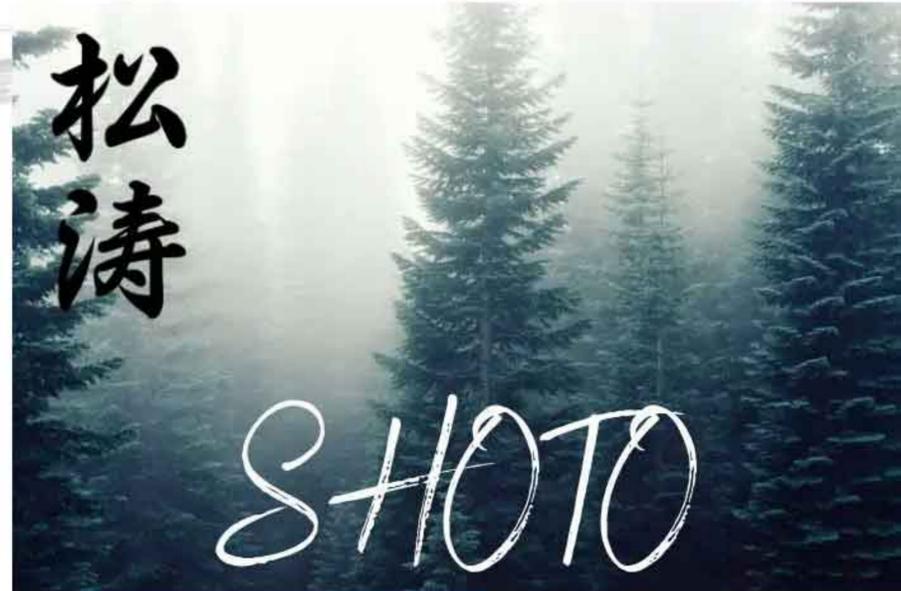
KAMAKIRI
EDIZIONI

Glossario di 500 pagine in cui gli autori, Alessandro Minardi e Daniele Bandini, presentano la terminologia dell'arte della "via della mano vuota" con una raccolta di più di 2600 lemmi dello Shōtō Karate Dō, verificati tramite l'uso di più fonti: termini di natura tecnica, storica, culturale e filosofica, raggruppate in categorie.

Vengono esaminate inoltre la storia del karate di Okinawa, corredati da elementi di filosofia del budō giapponese. Più di 400 illustrazioni spiegano i termini tecnici, compresi di sinonimi, utilizzati nella pratica del karate: le armi naturali, le posizioni di base, le tecniche di difesa e di attacco e le guardie.

Infine viene analizzato il sistema stilistico della Scuola Shōtōkan: i kata sono descritti tecnica per tecnica in modo innovativo, poiché gli autori hanno elaborato una tabella utile a comprendere la sequenza di spostamenti e movimenti da compiere per eseguire ogni tecnica che viene inoltre descritta in giapponese e tradotta puntualmente in lingua italiana.

Per info e prenotazioni:
ordini@goshindokamakiri.it



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

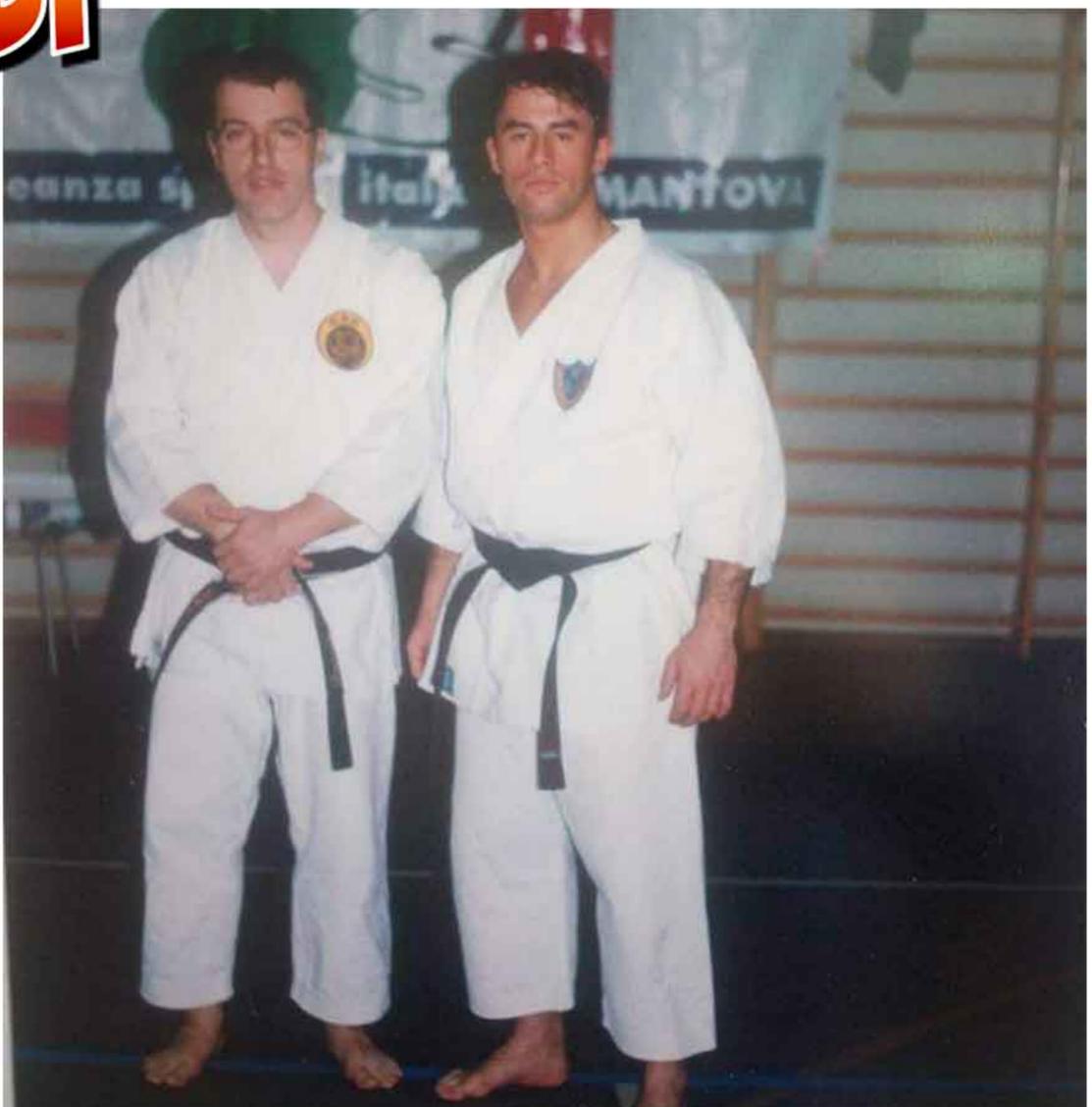




FOTO/RICORDI



Storica foto.
Nel lontano
1997 con il
giovanissimo
Vincenzo
Figuccio a
Soave di p.to
Mantovano



I NOSTRI TROFEEI



2004 - 5 trofeo
polisportiva soave.

secondi classificati

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

PROSSIMI APPUNTAMENTI

seguiteci sui social per aggiornamenti e novità

Info: info@karatemantova.it - Tel. 338 5775667

1/2/3 NOVEMBRE 2024 Campionati Nazionali NAPOLI
(con visita della città organizzata dal CSI e Pizza per tutti).



Karatemantova
estate 2024



CENTRO
SPORTIVO
ITALIANO
MANTOVA



Allenamenti Agonisti estivi Karate

ogni lunedì e giovedì
dalle 18.00 alle 20.00
dal 4 al 29 Luglio

Piscine Aquablu
Marsiletti di Goito



Ventennale di Karatemantova ASD e APS 2005-2025



**Dall'arte
allo sport.
La metamorfosi**

2 Luglio 2024
set fotografico e video
6 ottobre 2024
Stage di Karate
nel giardino
dell'Esedra

con il patrocinio di:



PALAZZOTE
FONDAZIONE



CENTRO
SPORTIVO
ITALIANO
MANTOVA

CAMPUS 2024 FANANO (MO)



HOTEL PINETA

da mercoledì 1 settembre
a domenica 4 settembre

per info e costi scrivere alle
chat di karatemantova o inviare
un messaggio whatsapp
al 3393116459 Vittorio



ORIENTAL BOXING - K1 KICKBOXING - FULL CONTACT - THAIBOXING
SELF DEFENSE - POINT FIGHT - LIGHT CONTACT - KICK LIGHT
RUMBLE - NO CONTACT - WMAC KIDS RUN



PRESENTED BY
WMAC
/ 15.11. - 17.11.2024

**INTERNATIONAL
BREGENZ OPEN**

WORLD CUP

SPORTHALLE RIEDEN-VORKLOSTER
U. BURGGRÄFLERGASSE 11,
6900 BREGENZ (AUT)

REGISTRATION & INVITATION:
WWW.KICKBOXREGISTRATION.COM

HOSTED BY WMAC WORLD
& KSU BLACK DRAGON BREGENZ



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

tantissime proposte nella sezione HANDMADE!

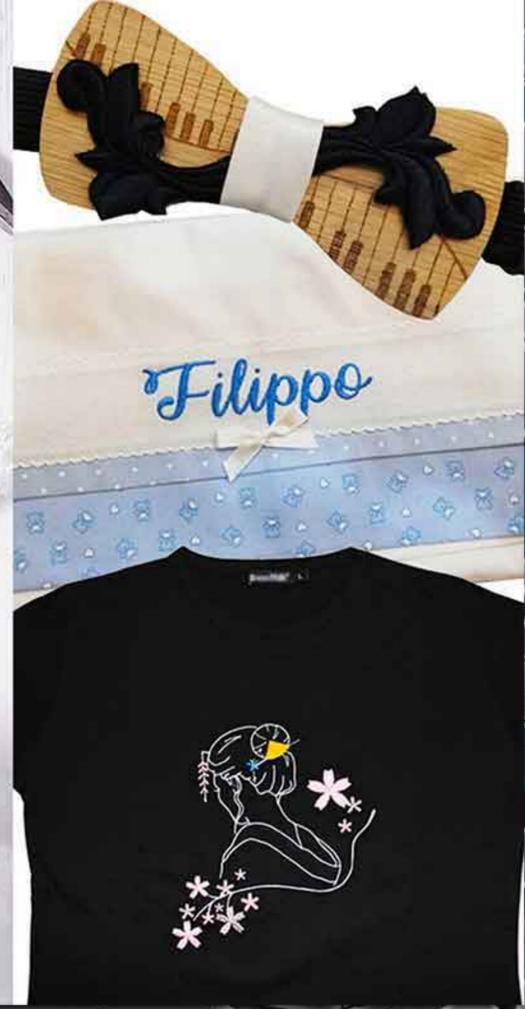


di REGGIANI CRISTINA

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

sacca scarpe
o porta-lego

Creiamo insieme quello
che più vi piace!

seguì Crikami sui social
per rimanere aggiornato!

Seguici su:
facebook.

Seguici su
Instagram

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

RICAMI PERSONALIZZATI, STAMPE E GADGET



PROMOSPORT

**...Da oggi spillette e magneti da trigo
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

NEW!

KARATEMANTOVA
A.S.D.



KARATEMANTOVA MAGAZINE

Se ti fissi sul dito,
non vedrai il cielo.
Se ti fissi sulla foglia,
non vedrai l'albero.
Se ti fissi sull'albero,
non vedrai la foresta.
Vedi tutto nella sua interezza,
senza sforzo.
Questo è ciò che significa
veramente "vedere".

Takuan Soho



NEL PROSSIMO NUMERO:

ESAMI KYU E KOBUDO, NUOVI PROPOSITI PER L'ESTATE

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...

KARATEMANTOVA MAGAZINE N° 50 - LUGLIO 2024

Redazione e impaginazione: Vittorio Magro

disegni: Cristina Reggiani, Ilaria Truzzi

foto: Vittorio Magro, Davide Reggiani, Cristina Reggiani, James Bulgarelli

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