



KARATEMANTOVA

WMAC WORLD CUP



BREGENZ OPEN

A SCUOLA
CON KARATEMANTOVA
Nihongo
日本語
A SCUOLA
CON CRISTINA
&
ILARIA

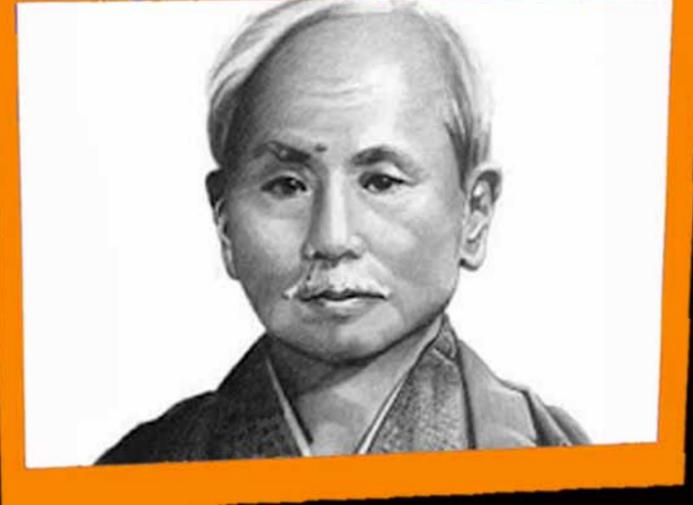


BREGENZ 2024
20° WORLD CUP

IL KARATE-GI

**BUON NATALE DALLE
NOSTRE PALESTRE**

NIJU KUN





KARATEMANTOVA MAGAZINE



IL GIORNALINO DI KARATEMANTOVA

NR. 55 - DICEMBRE 2024

SOMMARIO

PAROLA AL MAESTRO.....	PAG. 3
BREGENZ 2024.....	PAG. 4
KOBUDO.....	PAG. 8
L'ANGOLO DELLA KATANA.....	PAG. 10
BUONE NOTIZIE/ANEDDOTI/STORIA.....	PAG. 12
AUGURI DA TUTTI NOI.....	PAG. 14
IL KARATEG-GI.....	PAG. 16
NIJUN KUN LE 20 REGOLE DEL KARATE.....	PAG. 18
TROFEI E RICORDI.....	PAG. 20
LEGO, CHE PASSIONE.....	PAG. 21
LE AVVENTURE DI KARLOTTA.....	PAG. 22
CONSIGLI DI LETTURA.....	PAG. 23
A SCUOLA CON KARATEMANTOVA.....	PAG. 24
HOKUTO NO KEN, IL FILM D'ANIMAZIONE.....	PAG. 27
ICHI, NI, SAN, MUSICA!.....	PAG. 28
PROSSIMI APPUNTAMENTI.....	PAG. 30

BREGENZ WORLD CUP 2024



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

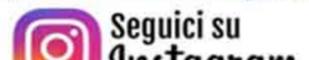
realizza con me le tue idee...



Tante idee uniche per tutti! segui Crikami sui social per rimanere aggiornato!



Seguici su facebook.



Seguici su Instagram

LA PAROLA AL MAESTRO:



ALLIEVO E MAESTRO: FEDELITÀ?

Riprendo questo concetto e condivido il pensiero di un esimio collega.

La fedeltà verso il proprio Maestro nel Karate Tradizionale è uno dei pilastri su cui si fonda la crescita dell'allievo, sia dal punto di vista tecnico che da quello umano e spirituale.

Questa fedeltà, che si manifesta con rispetto, impegno e volontà di apprendere, non è solo una forma di riconoscenza, ma un canale attraverso cui l'allievo può raggiungere una comprensione più profonda dell'arte marziale.

Essere fedeli al proprio Maestro significa andare oltre l'apprendimento meccanico delle tecniche. Ogni lezione diventa un'opportunità per avvicinarsi alla vera essenza del Karate, interiorizzando valori come l'umiltà, la perseveranza, il rispetto e la dedizione.

Il Maestro, con la sua esperienza e saggezza, rappresenta una guida che mostra la via, ma è la fedeltà dell'allievo che crea le fondamenta per una crescita autentica.

La fedeltà consente all'allievo di superare i momenti difficili – le cadute, i dubbi, le sfide fisiche e mentali – sapendo di avere un riferimento stabile. Anche nelle fasi di apprendimento più complesse, la presenza costante e il sostegno del Maestro, sostenuti dalla fiducia e dalla fedeltà dell'allievo, generano una relazione di reciprocità.

Il Maestro, vedendo l'impegno e la dedizione dell'allievo, è stimolato a trasmettere non solo le tecniche ma anche la filosofia profonda del Karate.

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

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



BARRUS TŌKAIDO



WMAC OPEN WORLD CUP BREGENZ



KARATEMANTOVA: OVER THE TOP A BREGENZ

Come ormai ogni anno Karatemantova rinnova la tradizionale partecipazione al campionato mondiale "Open WMAC" di Bregenz in Austria e come sempre non manca di stupire.

Una piccola spedizione, molto "produttiva" in termine di medaglie e successi, è partita per questa storica manifestazione che proprio quest'anno ha compiuto 20 anni. Capitanato dall'instancabile Harald Folladori il mondiale ha visto ben 1500 atleti provenienti da una ventina di nazioni dei 5 continenti.

Karatemantova ha partecipato con 10 atleti con la defezione dell'ammalata e dispiaciutissima Margherita Bacchiega che tanto si era preparata all'evento. I coach delegati quest'anno sono stati il M° Davide Reggiani (per la prima volta non in veste di arbitro), l'instancabile Vittorio Magro autista, fotografo tuttofare e Francesco Gasparini che hanno seguito i ragazzi sui 5 tatami di gara.

All'esordio mondiale **Emma Salardi** si aggiudica una medaglia d'oro nel kata creative e un bellissimo argento nel kata tradizionale.

Viola Gasparini, che non si smentisce per bravura e continuità, conquista un argento nel kata creative e un bronzo nel kata tradizionale. Per la coppia da loro formata un bronzo categoria team.

Renato Arcari colleziona tre ori nel kata inclusive, nel kata con armi tradizionali e nel kata a coppie inclusive con **Jason Lazzarini** che, a sua volta, completa le sue medaglie con un argento nel kata con armi e uno splendido oro nel kata inclusive.

Luca Somma, pure lui all'esordio internazionale, si distingue e non poco con un argento nel kata individuale e un bronzo nell'hard style.

Riccardo Tebaldini con la sua continuità ci regala un argento nel kata Hard Style in un podio tutto italiano, **Riccardo Donelli** un argento nel kata creative e **Riccardo Mariani** un oro stupendo nel kata con armi tradizionale.

La squadra formata da Donelli, Mariani, Somma e Tebaldini poi conquista Bregenz con l'oro e il cinturone nel kata a squadre.

Nuove specialità per **Mattia Tibaldi** e **Stella Gueresi**: Mattia si aggiudica l'argento nel Creative e il bronzo nel kata con armi non tradizionale e Stella invece doppio oro nel kata creative e nel kata con armi non tradizionale. Nella coppia syncro insieme poi un bell'argento.

Che dire ancora? Qualche pecca organizzativa visti i numeri di gara e un arbitraggio troppo "sassone" che ha evidenziato una leggera propensione a premiare gli atleti locali, ma si accetta anche questo nel karate per puro spirito sportivo, contrastando decisioni e regole con una qualità eccellente.

Grazie ai nostri due Sponsor/Collaboratori **Mitsubishi Industries** e **Gemma Impresa Edile** che hanno donato le tute per gli agonsiti e un grazie speciale a "Re Carlo" e **Cristina** per aver fornito il catering per il lungo viaggio, con pane e salame, focaccia e torte agli atleti affamati (c'era anche il vino, ma vista la imminente dogana svizzera abbiamo evitato). Arrivederci alla prossima puntata!



WMAC WORLD CUP BREGENZ OPEN









STAGE DOMENICALE DI KOBUDO : IL SUCCESSO CONTINUA

Un vero exploit il rilancio dell'attività di kobudo che vede una domenica al mese impegnati circa una trentina di ragazzi anche se i praticanti sono oltre 40.

Lo stage a Marmirolo presso il locale palasport di Via Grazioli, domenica 10 novembre, ha visto una mattinata marziale letteralmente di serenità e allenamento senza imposizioni: non solo il kobudo ma anche uso di armi diverse, dallo **iaido** al **tessen**. Tutti possono praticare ciò che a loro piace di più e dal quale si sentono più attratti.

Così un gruppo si è cimentato con il Maestro Simone Reggiani e l'Istruttore Ilaria Truzzi nell'uso del Tunkuwa, anche conosciuto come tonfa, con il primo kata dello stile Matayoshi: *Tunkuwa dai ichi* per poi terminare la mattinata con il *kihon di Bo* e il *Bo kiso kumite*, eseguiti in preparazione all'esame da svolgersi nella stessa mattinata di due nuove cinture gialle. Giulio Scaratti e Gabriele Manfredini promossi a pieni voti.

Nell'altra parte del palasport il M° Davide Reggiani, coadiuvato da Thomas Magro, ha seguito il gruppo delle katane con i primi tre kata di *Muso Shinden Ryu* e poi l'inizio del creative kata *Bassai Sho katana bunkai*.

Al termine applicazioni a coppie con i bokken (spade di legno); un terzo gruppetto intanto si preparava con i *tessen* (ventagli da battaglia) in attesa del mondiale di Bregenz.

Una bella varietà di strumenti antichi che però portano molto interesse tra i giovani. Questo è lo spirito di Karatemantova. Arrivederci ai prossimi stage.





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

L'ANGOLO DELLA KATANA

アイド 10

STORIA DELLA SPADA GIAPPONESE E PUNTATA



In Giappone, la parola "Katana" significa semplicemente "Spada", per cui anche una spada occidentale viene chiamata Katana, ciononostante, si è presa la consuetudine di indicare con quel termine anche un tipo particolare di spada, comparsa in Giappone intorno al periodo Muromachi e che sarebbe stato in realtà più corretto chiamare "Uchigatana". L'arma era portata di solito dai membri della classe guerriera insieme al wakizashi, o spada corta.

La combinazione delle due spade era chiamata daishō, e rappresentava il potere o classe sociale e l'onore dei samurai, i guerrieri che obbedivano al daimyō (feudatario).

Più precisamente la combinazione daishō era costituita fino al XVII secolo da Tachi e Tantō, e solo in seguito da katana e wakizashi.

La spada nipponica ha attraversato infatti tre lunghi periodi nei quali ha preso altrettanti nomi: -1. Joko-To: Le Joko-To sono le spade più antiche, forgiate in epoca arcaica, rettilinee, ad un solo taglio e senza curvatura, ad imitazione delle spade cinesi (Tsurugi o Ken).

-2. Tachi: I Tachi, nel periodo Heian, sostituirono progressivamente le Joko-To, hanno una lama lunga che solitamente si attesta sui 75-80 cm e sono dotati di una notevole curvatura (sori) accoppiata ad un adeguato assottigliamento distale (fumbari) che li rende relativamente leggeri nonostante la loro lunghezza. Nel fodero, vengono portati col filo verso il basso. I Tachi sono armi concepite per la cavalleria, sono progettate per colpire di taglio strisciando sul bersaglio in modo da causare il massimo danno col minimo sforzo. Moltissimi Tachi, nei secoli successivi, furono accorciati e trasformati in Uchigatana. Le lame forgiate nel periodo d'oro della spada giapponese (il Kamakura) sono nate tutte come Tachi e in seguito convertite in Uchigatana.

-3. Uchigatana: L'Uchigatana, detta anche semplicemente "Katana", ha iniziato a sostituire il Tachi a partire dal Muromachi per poi sostituirlo completamente nei periodi successivi. L'Uchigatana possiede una lama lunga normalmente 60-75 cm con una curvatura e un assottigliamento distale minori rispetto ai Tachi, nel fodero viene portata col filo verso l'alto per facilitare l'estrazione e per non danneggiare il filo della lama.

Sebbene sia possibile usarle da cavallo, sono essenzialmente armi concepite per la fanteria.



Una delle cose che rendono particolarmente affascinante lo studio delle lame giapponesi è che le migliori Katane mai forgiate, a tutt'oggi, sono quelle del periodo antico e cioè le spade realizzate circa 700 anni fa. In seguito i segreti dei maestri forgiatori si sono persi e solo di recente ci si è sforzati di recuperarli, ma nonostante tutto, ancora oggi non si riesce a riprodurre lame di qualità paragonabile a quelle del mondo antico.

Le Katane possono essere così suddivise in base al periodo:

-Joko-To (645-980) Spade antichissime, progenitrici della Katana



Joko-To, queste spade antichissime sono ancora ben lontane dalle Katane conosciute

-Koto (980-1600) Spade antiche, le lame migliori qualitativamente parlando

-Shinto (1600-1867) Spade nuove, prodotte in periodo di pace, corte, leggere, appariscenti e di minore qualità

-ShinShinto (1868-1912) Spade nuovissime, in questo periodo si tenta di riscoprire i segreti delle spade Koto per produrre nuovamente lame di qualità

-Gendaito (1912-oggi) Spade moderne, costruite nel primo 900 per i collezionisti e per i templi (relativamente poche in verità)

-Gunto (seconda guerra mondiale) Spade prodotte industrialmente per gli ufficiali dell'esercito della seconda guerra mondiale, di bassissima qualità

-Shinsakuto (oggi) Spade contemporanee prodotte oggi, sono grandi e appariscenti, costano molto.

Storia della Katana

Joko-To (prima del 980)

Queste spade antichissime sono costruite con una tecnologia importata dalla Cina. Hanno un valore storico, ma sono ancora ben lontane dalle Katane in termini di qualità costruttiva. Sono diritte e forgiate con la tecnica di temperatura differenziale.

Heian (782-1180, Koto)

Verso la metà di questo periodo, e cioè intorno al 980, inizia il periodo detto Koto, il periodo della Spada Antica. Le lame non possono dirsi ancora delle vere Katane, ciononostante iniziano a comparire le caratteristiche tipiche delle stesse, compare la curvatura a sciabola e le tecniche metallurgiche si affinano. Si tratta perlopiù di spade lunghe costruite per essere usate da cavallo e portate in montatura Tachi (e cioè portate col filo rivolto in basso).



TATTOO YOU

Vnguyen

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



BUONE NOTIZIE/CURIOSITÀ/STORIA

CONVOCAZIONE ASSEMBLEA ORDINARIA DIRETTIVO E ASSOCIATI (CON DIRITTO DI VOTO)

Goito (MN) li 27.10.2024 Agli Associati con diritto di voto di KARATEMANTOVA A.s.d. e A.p.s. Ai componenti il Consiglio Direttivo di KARATEMANTOVA A.s.d. e A.p.s.

Con la presente si comunica: **In data 12.12.2024** alle ore 12:00 in prima convocazione e **alle ore 20:35 in seconda convocazione,**

presso la sede sociale in **Goito (MN) - via Mincio n. 16 all'interno dei locali della Palestra Dinamika** è convocata l'assemblea ordinaria di KARATEMANTOVA A.s.d. e A.p.s., per discutere e deliberare sui seguenti punti posti all'ordine del giorno:

- 1) Presentazione del bilancio o rendicontazione relativo all'annualità 2023 - 2024
- 2) Presentazione del bilancio previsionale relativo all'annualità 2024 - 2025
- 3) Relazione del Presidente sulla gestione 2023 - 2024 e prospettive per il futuro;
- 4) Individuazione e proposta di nomina del SafeGuarding esterno in ottemperanza agli aggiornamenti normativi



PROGETTI SCUOLA: KARATEMANTOVA

Partite ufficialmente nel Comune di Goito le lezioni dei progetti scuola relativi al Piano di Diritto allo Studio con lezioni nelle classi prime e seconde e interventi mirati alla propedeutica del karate.

Ormai è un'annuale consuetudine quella di vedere istruttori di Karatemantova impegnati al mattino nei plessi di Goito, Marsiletti e Cerlongo, per presentare ciò che sta alla base del karate sport con psicomotricità e prime tecniche da fermi e in movimento.

Quest'anno il compito è affidato a due istruttori di Karatemantova che molto stanno facendo per la società mantovana: Mattia Tibaldi e Stella Gueresi.

Un ringraziamento alla coordinatrice del progetto Maria Masioli e al Comune di Goito sempre attento alla attività della Società Karatemantova nelle persone di Patrizia Foroni dell'Uff. Scuola e dell'Ass.re delegato allo sport Chiara Tonelli.



MIGLIORARE L'EFFICIENZA NEL KATA E NEL KUMITE

Un interessantissima lezione sul metodo di lavoro per migliorare l'efficienza e l'efficacia del karate nel kata e nel kumite perfezionando e potenziando il movimento del nostro corpo attraverso lo studio e la pratica della biomeccanica del corpo umano. Grazie ad Andrea Varri docente di alto livello, collaboratore e preparatore del campione Mattia Busato, e ad Alex Daeder per aver organizzato questo appuntamento formativo nella sua palestra di via Einaudi a Porto Mantovano il 23 novembre 2024. Per Karatemantova hanno partecipato il Presidente/Istr. Andrea Antonelli e l'istruttore Luca Somma.





COPPA LOMBARDIA FIJKAM

Complimenti a Serena Dusi e Benedetta Baldassarri per aver conquistato una fantastica medaglia di bronzo a Roncadelle alla Coppa Lombardia, gara del circuito fijlkam domenica 10 novembre.

09-10 Novembre
 Progetto Settore Karate
COPPA LOMBARDIA 2024
 Con la collaborazione di A.S.D. Karate Team Roncadelle
 Con il patrocinio del Comune di Roncadelle



LA STORIA DI YASUKE, IL SAMURAI NERO

Yasuke era un uomo di origine africana arrivato in Giappone nel XVI secolo. Si dice che sia stato portato da un missionario gesuita, e la sua imponente presenza e abilità hanno rapidamente attirato l'attenzione di Oda Nobunaga, uno dei daimyo più potenti dell'epoca.

Nobunaga lo ricevette nella sua corte, dove Yasuke divenne la sua guardia del corpo e un samurai rispettato.

Yasuke si è distinto in battaglie ed è noto per la sua lealtà.

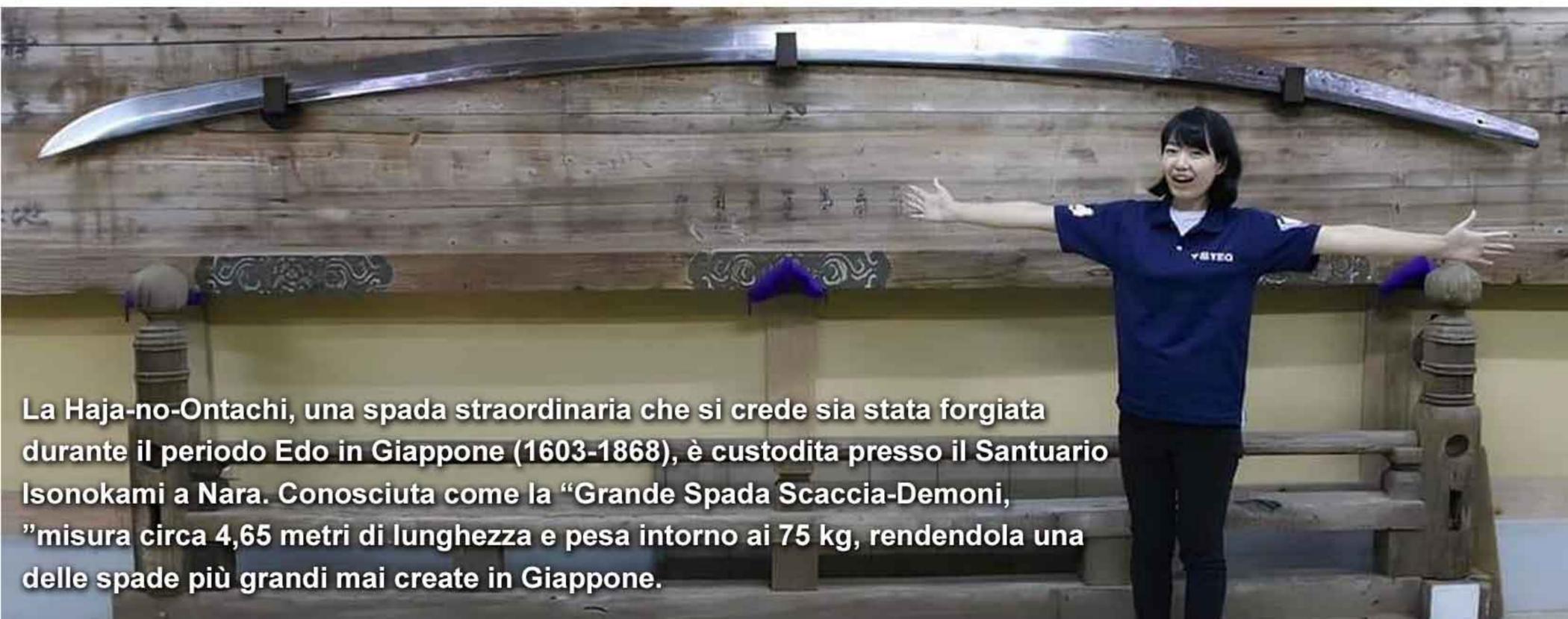
La sua storia è un simbolo della pluralità e dell'impatto culturale che esisteva in Giappone, anche in quei tempi.



LO SHOTOKAN IN UNA STORICA FOTO

da sinistra a destra:

Sensei Hiroshi Shirai, Sensei Keinosuke Enoeda, Sensei Hirokazu Kanazawa, Sensei Taiji Kase.
Lo Shotokan ai massimi livelli !!!!



La Haja-no-Ontachi, una spada straordinaria che si crede sia stata forgiata durante il periodo Edo in Giappone (1603-1868), è custodita presso il Santuario Isonokami a Nara. Conosciuta come la "Grande Spada Scaccia-Demoni," misura circa 4,65 metri di lunghezza e pesa intorno ai 75 kg, rendendola una delle spade più grandi mai create in Giappone.

Kobudo



Buon Natale



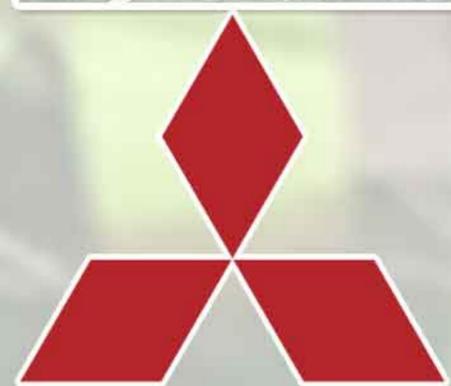
Brescia



Carpenedolo



Mantova



**MITSUBISHI
HEAVY INDUSTRIES**



ale

Goito



Sustinente



Marmirolo

UnipolSai
ASSICURAZIONI

Divisione LA PREVIDENTE



di Bottini Andrea

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

KARATE-GI

空手着 ○ 空手衣



Il karate-gi, spesso chiamato "kimono da karate", è l'abbigliamento tradizionale utilizzato nel karate, ed è uno degli elementi più riconoscibili di questa antica arte marziale giapponese. Simile nel design ai costumi utilizzati in altre discipline marziali giapponesi come il judo (judo-gi) e l'aikido (aikido-gi), il karate-gi è progettato per resistere alle intense attività fisiche e ai movimenti dinamici che caratterizzano questa disciplina. Questo articolo esplora la storia del karate-gi, le sue origini, i materiali con cui è realizzato e il motivo per cui è indispensabile per i praticanti di karate.

Storia e Origini del Karate-gi

Il karate-gi affonda le sue radici nella storia del karate stesso, che ha origini antiche. Il karate come lo conosciamo oggi nacque a Okinawa, un'isola del Giappone, dove fu sviluppato a partire da una combinazione di arti marziali locali e influenze provenienti dalla Cina. Tuttavia, il karate cominciò a diffondersi in Giappone solo nel XX secolo, grazie a maestri come Gichin Funakoshi, che introdusse l'arte marziale al grande pubblico giapponese e, successivamente, al mondo.

All'inizio, il karate non aveva un'uniforme specifica; i praticanti indossavano abiti tradizionali giapponesi. Quando il karate arrivò nelle isole principali del Giappone, Funakoshi, che rispettava il judo e altre discipline giapponesi, decise di adottare un'uniforme simile a quella del judo-gi, ma più leggera e adatta ai movimenti del karate. Il design fu quindi adattato in modo da essere più pratico per i movimenti veloci e precisi che caratterizzano il karate, e da allora il karate-gi ha mantenuto il suo design essenziale, con poche modifiche nel tempo.

Struttura e Materiali del Karate-gi

Il karate-gi è composto principalmente da tre pezzi: la giacca (Uwagi), i pantaloni (Zubon) e la cintura (Obi). La giacca è spesso più corta rispetto a quella del judo-gi, e presenta maniche più strette per permettere una migliore libertà di movimento. I pantaloni sono ampi e comodi, permettendo ai praticanti di eseguire tecniche di calcio senza impedimenti.

I materiali utilizzati per il karate-gi sono scelti con cura per garantire comfort, resistenza e flessibilità. Tradizionalmente, il karate-gi è realizzato in cotone, un materiale che permette alla pelle di respirare e offre una buona resistenza all'usura. Tuttavia, esistono varianti moderne che includono materiali misti, come il poliestere, per migliorare la traspirabilità e ridurre il peso.

Esistono anche diverse tipologie di tessuto per il karate-gi: il canvas è uno dei più comuni, perché garantisce resistenza e una certa rigidità, che accentua il suono dei movimenti. Infatti, un buon karate-gi produce un caratteristico suono scattante durante i movimenti, un elemento che alcuni praticanti trovano utile per misurare la precisione delle proprie tecniche.

**nelle gare ufficiali
è obbligatorio
utilizzare karate-gi
approvati dalla
federazione**



Funzioni del Karate-gi e il Suo Significato nel Karate

Il karate-gi non è solo un abbigliamento pratico, ma anche un simbolo di disciplina e dedizione per chi pratica questa arte marziale. Indossare il karate-gi rappresenta un momento di transizione, in cui il praticante passa dalla vita quotidiana alla pratica marziale, concentrandosi sul miglioramento personale. Inoltre, il karate-gi contribuisce a creare una sensazione di uniformità e uguaglianza tra i praticanti, eliminando le differenze di status sociale o professionale. Anche la cintura, l'obi, ha un profondo significato simbolico. I colori della cintura rappresentano il livello di abilità e l'esperienza del praticante, con il bianco per i principianti e il nero per i più avanzati. La cintura non è solo un simbolo di progresso, ma anche di rispetto per la disciplina e il dojo, il luogo dove si pratica il karate.

Il karate-gi è inoltre progettato per sopportare le sollecitazioni tipiche del karate, come prese, torsioni e strappi. La sua resistenza permette ai praticanti di allenarsi intensamente senza il rischio che l'uniforme si strappi o perda la sua forma. La larghezza delle maniche e dei pantaloni è studiata per garantire massima libertà di movimento, indispensabile per eseguire le tecniche di pugno, calcio e parata con precisione.

Conclusione

In definitiva, il karate-gi rappresenta molto più di un semplice abbigliamento sportivo. È un elemento fondamentale della pratica del karate, con una storia che risale alle radici di quest'arte marziale giapponese e che simboleggia la disciplina, l'umiltà e il rispetto per se stessi e per gli altri. Realizzato con materiali che garantiscono resistenza e comfort, il karate-gi consente ai praticanti di esprimere al meglio il loro potenziale, mantenendo la tradizione e l'essenza di un'arte marziale che affonda le sue radici nella storia.



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

PNEUS MANTOVA snc

di GASTALDI GIORGIO & CLAUDIO



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

一 空手道は礼に始まり礼に終ることを忘るな

一 空手に先手なし

一 空手は義のたすけ

一 先づ自己を知れ而して他を知れ

一 技術より心術

一 心は放たん事を要す

一 禍は懈怠に生ず

一 道場のみの空手と思ふな

一 空手の修業は一生である

一 凡ゆるものを空手化せよ

一 其処に妙味あり

一 空手は湯の如し絶えず執度

と与えざれば元の水に還る

一 勝つ者は持つが負けぬ者は必要

一 敵に因つて轉化

一 戦は虚実の孫継

一 人の手足を剣

一 男子門を出づれば

一 あり

一 構は初心者には

一 形は正しく実戦

一 力の強弱俤の伸縮

一 を忘るな

一 常に思念工夫

NIJU KUN

Il Niju Kun è l'insieme delle "20 regole del karate" formulate dal Maestro Gichin Funakoshi, fondatore dello stile Shotokan e figura fondamentale nella diffusione del karate in Giappone e nel mondo. Questi principi rappresentano le linee guida etiche e morali per i praticanti di karate, offrendo insegnamenti profondi non solo per la pratica marziale ma anche per la vita quotidiana. Funakoshi vedeva nel karate una "via" (do), una disciplina completa che richiedeva il rispetto di valori come autocontrollo, umiltà, rispetto e perseveranza.

Cosa Significa Niju Kun?

Ni significa "venti" e ju significa "regole"; dunque, Niju Kun significa "Venti Regole". Questi principi non si concentrano sulle tecniche, ma sull'approccio mentale e comportamentale che ogni praticante di karate dovrebbe mantenere. Funakoshi considerava il karate come un mezzo per la crescita interiore, e le venti regole rappresentano la sua filosofia e visione del karate come cammino spirituale.

Chi ha Scritto il Niju Kun?

Gichin Funakoshi scrisse il Niju Kun all'inizio del XX secolo, raccogliendo insegnamenti maturati dalla pratica e dalla vita, con l'intento di trasmettere una guida per i futuri praticanti di karate. Funakoshi era profondamente influenzato dalla filosofia zen e dal confucianesimo, elementi che hanno plasmato questi precetti.

空手の修行は一生である

KARATE NO SHUGYO WA ISSHO DE ARU

il karate si pratica tutta la vita

LE 20 REGOLE DEL KARATE: IL NIJU KUN

- 1. Il karate inizia e finisce con il rispetto (rei). Il rispetto è alla base della pratica del karate.
- 2. Non c'è primo attacco nel karate (karate ni sente nashi). Il karate è difesa e autocontrollo, mai attacco.
- 3. Il karate è una via spirituale, continua a lavorare per mantenere una fiamma ardente. La pratica deve essere costante, come il mantenimento di una fiamma.
- 4. Nel karate, prima di tutto impara a conoscere te stesso, poi gli altri. La consapevolezza di sé è fondamentale.
- 5. La mentalità è più importante della tecnica. L'atteggiamento mentale supera il gesto tecnico.
- 6. Libera la tua mente (mushin). Svuota la mente da distrazioni per concentrarti completamente.
- 7. Le disgrazie nascono dalla negligenza. L'attenzione costante è essenziale per evitare errori.
- 8. Il karate non si limita al dojo. È un percorso di vita che deve accompagnare ogni aspetto quotidiano.
- 9. Il karate è una ricerca che dura tutta la vita. Non c'è fine all'apprendimento e alla crescita.
- 10. Metti il karate al centro della tua vita e scopri la meraviglia della vita stessa. Il karate diventa uno strumento per comprendere sé stessi.
- 11. Il karate è come l'acqua calda, si raffredda quando smetti di riscaldarla. La pratica continua è essenziale per mantenere abilità e mentalità.
- 12. Non pensare a vincere ma piuttosto a non perdere. L'importanza è la difesa e l'equilibrio, non l'attacco.



- 13. Cambia a seconda del tuo avversario. Adattabilità e flessibilità sono vitali.
- 14. Il segreto del karate si trova negli elementi più piccoli. Ogni piccolo dettaglio è importante.
- 15. Considera le mani e i piedi come spade. Sii consapevole del potere e delle conseguenze delle tue azioni.
- 16. Quando lasci casa, pensa che ci sono milioni di avversari. Mantieni una mentalità di preparazione costante.
- 17. L'inizio e la fine si trovano nella posizione naturale. La naturalezza è alla base dell'arte.
- 18. Le tecniche devono essere comprese nella loro totalità. Ogni tecnica ha un significato e uno scopo profondo.
- 19. Impara a distinguere i punti di forza e debolezza. La consapevolezza dei propri limiti aiuta a superarli.
- 20. Considera sempre le cose dal punto di vista del tuo avversario. L'empatia e la comprensione sono essenziali.



NIJU KUN

Perché Bisogna Rispettare il Niju Kun?

Il Niju Kun non rappresenta solo una guida per la pratica del karate, ma è anche un codice etico per una vita armoniosa. Seguendo queste regole, i karateka apprendono che il karate non è solo un insieme di tecniche, ma una disciplina che richiede autocontrollo, rispetto verso gli altri e continua crescita personale. Il principio "non c'è primo attacco nel karate" sottolinea, ad esempio, l'importanza della difesa e mai dell'offesa.

Rispettare il Niju Kun significa abbracciare un cammino di crescita personale e spirituale. Funakoshi intendeva il karate come una via verso la realizzazione personale, non come un semplice mezzo per acquisire abilità fisiche. La pratica del Niju Kun è quindi un esercizio per sviluppare una mente forte e calma, capace di affrontare le sfide della vita con serenità e saggezza. La disciplina, la perseveranza e l'umiltà apprese nel dojo diventano così valori che migliorano non solo il praticante, ma anche la sua comunità.

In conclusione, il Niju Kun è un'eredità preziosa che va oltre l'allenamento fisico e diventa una filosofia di vita. Questi principi aiutano a costruire un carattere forte e un atteggiamento equilibrato, rendendo il karate una vera "via" che porta armonia, sia nella pratica marziale che nelle relazioni quotidiane.



公益社団法人
日本空手協会

**non pensare
a vincere.
pensa piuttosto
a non perdere.**





FOTO/RICORDI



Kobudo 1998 Davide Reggiani - Soave



**REGIONALE CSI DI MERATE.
QUELL'ANNO 2011 ERANO 7
LE COPPE IN PALIO, UNA PER
SPECIALITA', TUTTE UGUALI.
KARATEMANTOVA
NE VINSE SI!**

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
- Istallazione pellicole oscuranti certificate e omologate
- Sostituzione e riparazione parabrezza a prezzi competitivi
- Istallazioni ganci da traino
- Rigenerazione fari automobili sia lucidati che verniciati
- Ricarica climatizzatori
- Personalizzazione vetture

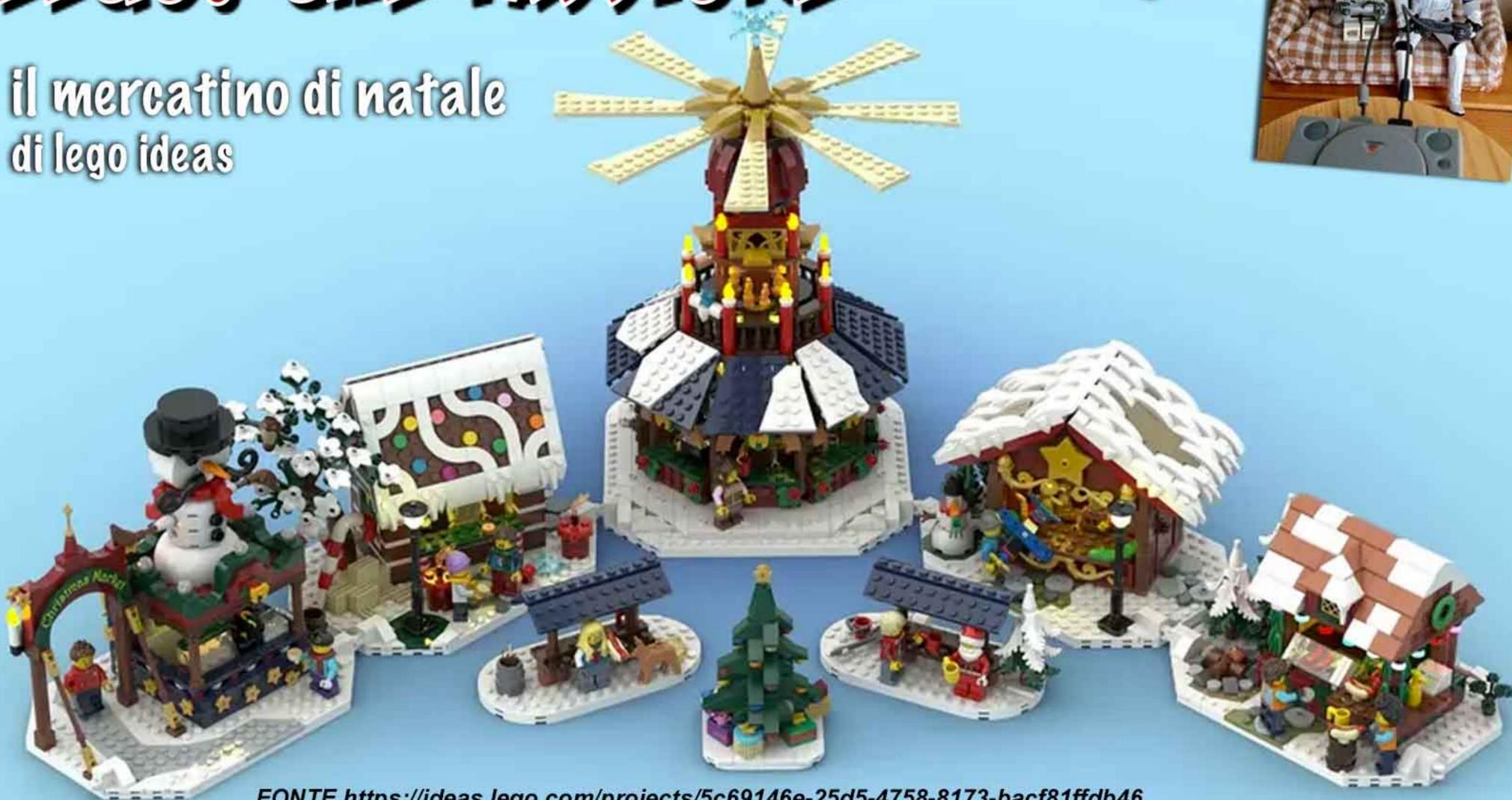
A richiesta trattamento con prodotti specifici per serbatoi con perdite di auto e moto
Restauro auto d'epoca di ogni genere
Disbrigo pratiche assicurative

LEGO! CHE PASSIONE

di Thomas Magro



il mercatino di natale
di lego ideas



FONTE <https://ideas.lego.com/projects/5c69146e-25d5-4758-8173-bacf81ffdb46>

Il Natale si avvicina e cosa ci può essere di meglio se non festeggiare con un bell'allestimento di Lego per richiamare l'atmosfera di festa? Con Lego Ideas non ci si può annoiare, ecco una bel set da non perdere...

Il Mercatino di Natale LEGO Ideas è un set che celebra l'atmosfera festiva e la magia dei mercatini natalizi, con dettagli che richiamano gli elementi tradizionali di queste fiere invernali. Il set include bancarelle minuziosamente decorate, luci colorate e piccoli accessori che rappresentano cibo, bevande e regali, offrendo una varietà di elementi da costruire e ammirare. Le minifigure incluse rappresentano venditori e visitatori, rendendo il set ancora più vivo e dinamico.

La costruzione del mercatino è un'esperienza piacevole, che offre sia sfide che momenti di relax. Il set include pezzi che consentono di creare dettagli realistici, come i tetti imbiancati di neve, le decorazioni natalizie e i piccoli lampioni. Questo lo rende adatto sia agli appassionati esperti, che potranno apprezzare le tecniche di costruzione, sia a chi desidera avvicinarsi a un progetto festivo LEGO di medio livello.

Uno dei punti forti del Mercatino di Natale LEGO Ideas è la sua adattabilità: può essere utilizzato come decorazione natalizia oppure integrato con altri set della stessa linea o a tema invernale per creare un villaggio natalizio più ampio. Tuttavia, essendo un set ricco di dettagli e pezzi piccoli, è consigliato per un pubblico dai 12 anni in su, poiché i costruttori più giovani potrebbero trovare alcune sezioni più impegnative.

In sintesi, il Mercatino di Natale LEGO Ideas è un set che combina estetica festiva e divertimento, perfetto per arricchire l'atmosfera natalizia con una costruzione creativa e immersiva.



È un pò che non riceviamo foto dei Vostri set o delle Vostre creazioni.... Forza Karateka, Mandaci tante foto con le Tue "opere" Lego, all'indirizzo: kmmmagazine@gmail.com

Agenzia Agricola Beccari Mario

legna da ardere - pellet di prima qualità
ferramenta - mangimi - tutto per il giardinaggio
consegnamo legna e pellet a domicilio

offerte tutto l'anno

Via Montanara Sud N°153 Pilastro di Marcaria 46010 Mantova
Tel. 037696481 - cell. 3383172539 - mail fkybec@tin.it



LE AVVENTURE DI KAR-LOTTA

disegni: il pittore mascherato

KARLOTTA VA A PESCARE



CIAO TIGRE,
SEI QUI PER
PESCARE?

TANTO
PRENDERAI SOLO
PESCI PICCOLI, SE CI
RIESCI...
AH AH AH



NON
IMPORTA SE
PRENDO PESCI
PICCOLI O SE NON
NE PRENDO

SE
VUOI
QUALCOSA,
L'IMPORTANTE È
PROVARCI

IN QUELL'ISTANTE



AIUTO! MA È
ENORME..



MEGLIO
LIBERARLO



HO PRESO UN
PESCE GIGANTE

SI SI CERTO,
CERTO, CI
CREDO..



È
MOLTO
IMPORTANTE
CREDERE IN SE
STESSI...

Isabella Doniselli Eramo

"MULAN"

Mulan è la più famosa eroina cinese, sospesa tra storia e leggenda, nota e amata a livello mondiale, protagonista di cartoni, fumetti, novelle, romanzi, film, serie TV, in tutte le lingue del mondo.

Combattente intrepida, ragazza risoluta, figlia devota, fanciulla studiosa e ben educata, non esita a intraprendere le azioni più spericolate pur di compiere il suo dovere e difendere l'impero cinese minacciato da invasioni barbariche.

Forte di una solida conoscenza dei testi classici confuciani e dei trattati di strategia, riesce a risolvere le situazioni più critiche e a prevalere su avversari molto più numerosi e forti, talvolta facendo anche ricorso alle arti magiche apprese con il nonno in un monastero taoista.

La leggenda di Mulan è uno dei temi più importanti e noti della tradizione cinese.

Originariamente tramandata in forma orale, solo intorno al VI secolo è stata trascritta come poesia destinata a essere cantata (e che qui viene riprodotta e tradotta in una nuova versione italiana).

Su questa trama di fondo si sono innestate a decine modifiche e variazioni che rispecchiano usi, costumi, tradizioni e storia delle diverse epoche, che hanno arricchito a dismisura la leggenda con varianti e integrazioni.

In questo volume l'autrice, confrontando vecchi testi cinesi, riscrive la storia di Mulan, ripartendo dalla ballata originale e sviluppa i suggerimenti più noti contenuti nelle più antiche versioni.

Emergono evidenti le due chiavi di lettura che, nel corso dei secoli, si sono alternate e tutt'oggi si impongono: da un lato la Mulan mo-

dello di pietà filiale, confucianamente devota ai genitori, al punto da sacrificare tutta se stessa e la propria vita alla difesa dell'onore della famiglia; dall'altro lato la Mulan eroica, fulgido esempio di patriottismo e di devozione all'imperatore e alla nazione cinese.

Per assecondare le numerose versioni che sono giunte a noi, abbiamo voluto divertire il lettore dandogli la possibilità di "passare" da un capitolo all'altro scegliendo, quasi come un libro game, quale delle varie storie di Mulan intende seguire. In questo modo il libro contiene tanti racconti dell'intrepida guerriera cinese che arrivano tutti all'identico risultato: la salvezza della Cina a opera della nostra eroina.

MULAN

La ragazza che salvò la Cina

LUNI EDITRICE



OTTICA L'OCCHIAIALE

di Sarzi Puttini Luca

A SCUOLA CON KARATEMANTOVA



di Ilaria Truzzi e Cristina Reggiani



LE ARTI TRADIZIONALI GIAPPONESI

Yo no naka wa
Jigoku no
ue no Hanami kana

Nel nostro mondo
camminiamo sopra l'inferno
guardando i fiori
- Kobayashi Issa -

In questo ultimo numero dell'anno vediamo due tecniche artistiche che Cristina conosce molto bene.. ma sicuramente ne avrete sentito parlare anche voi (o avrete visto qualcosa anche in qualche mercatino di Daniela!)

Parliamo di ricamo e.. amigurumi!

SASHIKO - L'ANTICA TECNICA DEL RICAMO A MANO GIAPPONESE

Il Sashiko è una tecnica antica di ricamo a mano che, grazie ai social, sta diventando molto famosa ultimamente anche oltre i confini orientali, come tecnica decorativa utilizzata sia a livello creativo che su capi alla moda o tessuti ricercati.

Ma, come sempre accade, dietro questa tecnica di ricamo così di tendenza c'è una storia spesso sconosciuta, che ha a che fare con la povertà e con il recupero creativo (riciclo) di tessuti logorati e lisi.

Scopriamo insieme le origini dell'intricato ricamo sashiko.

Storia

Il Sashiko nasce in Giappone durante il periodo Edo (1615 – 1868), un'epoca in cui vestiti e tessuti nuovi rappresentavano un lusso per la maggior parte della popolazione giapponese.

Le famiglie a quei tempi possedevano pochi abiti, che venivano "lasciati in eredità" dai genitori ai figli, o passati dai fratelli maggiori ai più piccoli di casa. Per questo, il tempo e i frequenti lavaggi, rendevano i tessuti logori e spesso si strappavano o bucalavano.

La tecnica del sashiko nasce proprio per riparare i tessuti rovinati e bucati in modo economico ma al tempo stesso esteticamente gradevole, ed evitare così di acquistare nuovi vestiti.

Il punto in cui il tessuto era liso o bucalato veniva rinforzato con uno scampolo di stoffa vecchia, cucito con punti "a vista" che diventavano decorativi. Il sashiko veniva utilizzato anche per rinforzare e rendere più resistenti abiti da lavoro o da battaglia – come quelli utilizzati dai manovali, dai vigili del fuoco o dai soldati.

La tecnica era inoltre usata per l'assemblaggio di pezzi di tessuto ancora utilizzabili o il rammendo di kimono usurati, chiamati Boro Boro, da cui nasce il Boro Sashiko.

Filosofia di questa tecnica

Nel Sashiko sono racchiusi i tipici principi estetici ed etici della cultura giapponese, come la bellezza dell'imperfezione, la sobrietà, ma anche il minimalismo e la semplicità, il così detto wabi-sabi (侘寂).

Un aspetto importante di questa filosofia è l'avversità allo spreco e l'attenzione alle risorse, al riuso di oggetti e tessuti d'uso quotidiano, ossia al «riciclo». Questo è il motivo principale che ha fatto tornare in auge questa antica tecnica ai giorni nostri, sposandosi col moderno principio etico di «moda sostenibile».



Caratteristiche di questa tecnica

La parola giapponese sashiko (刺し子) si traduce come "piccoli colpi": il ricamo finale, infatti, è ottenuto ripetendo piccoli punti costituiti da linee semplici, fino a creare un motivo geometrico complesso che può espandersi all'infinito. Il filo utilizzato per il sashiko non è normale filo da ricamo: si tratta, invece, di un filato più resistente e spesso, costituito da fibre di lino o cotone, che garantisce una maggiore durabilità all'intero lavoro.

Come abbiamo detto, il sashiko si traduce in un disegno geometrico costituito da piccoli motivi – come punti, linee, crocette o semicerchi; solitamente, viene utilizzato del filo bianco o comunque non tinto, in cui le fibre di cotone o lino mantengono il loro colore naturale.

Il Sashiko oggi

Il punto Sashiko è estremamente versatile e può essere utilizzato in molteplici usi, dal riparare o rammendare in modo originale un capo d'abbigliamento, ma anche per abbellirlo o decorare un accessorio personale, una borsa, una pochette, una tenda, un cuscino o un qualsiasi complemento d'arredo e manufatto tessile.

Le possibilità di applicazione sono pressoché infinite. L'unico limite è la vostra fantasia e creatività.

La scelta può ricadere su un decoro sobrio oppure dar vita ad un reticolo di forme complesse e regolari, geometriche o meno.

In alcuni casi la stampa geometrica propria di un tessuto può costituire la base d'ispirazione da cui partire per realizzare nuove forme creative.

La moda di oggi non s'è lasciata sfuggire questa straordinaria tecnica decorativa, essendo molto duttile e in grado anche da sola di creare intriganti composizioni estetiche, ma soprattutto uniche.

AMIGURUMI - L'ARTE DI LAVORARE ALL'UNCINETTO...

Amigurumi (編みぐるみ), letteralmente "giocattoli lavorati all'uncinetto" o, talvolta, a maglia, è l'arte giapponese di lavorare all'uncinetto (o a maglia) piccoli animaletti o creature antropomorfizzate. Il nome è il risultato della combinazione delle parole giapponesi ami, che significa lavorare a maglia o all'uncinetto, e nigurumi, che significa peluche.

Storia

La lavorazione all'uncinetto è molto più recente delle altre arti tessili. Il primo documento che parli di uncinetto risale solamente al diciannovesimo secolo. Si tratta della rivista olandese *Penélopé*, che nel 1823 pubblicò un articolo con delle istruzioni per fare delle borsette, presentando l'uncinetto come un'alternativa più economica del pizzo. Ancora adesso, le persone anziane che hanno la passione dell'uncinetto lo usano più che altro per fare lavorazioni particolarmente rifinite, come orli di tessuti o, per l'appunto, pizzi. Se la lavorazione all'uncinetto è così recente, però, lo strumento con cui si lavora è decisamente più antico. Difficile identificarne l'origine, ma probabilmente l'uncinetto nasce in Cina, dove nel tredicesimo secolo, infatti, veniva utilizzato per il cosiddetto "ricamo tambour", in cui il filo veniva fatto passare attraverso un tessuto usando un uncino anziché un gancio. Con il passare del tempo, questa tecnica si diffuse nel resto dell'Asia continentale. Con la Restaurazione Meiji e l'apertura del Giappone all'Occidente venne introdotta questa tecnica anche nel Paese del Sol Levante.



Gli amigurumi e lo spirito giapponese

I giapponesi sono stati i primi ad usare l'uncinetto per creare dei pupazzi, ma non è questa la sola modifica che la tecnica dell'uncinetto ha subito.

Osservando un pupazzo fatto con la tecnica amigurumi, infatti, ci si può accorgere che molto spesso questi oggetti sono costruiti seguendo alcuni valori estetici giapponesi:

uno di questi valori è il *wabisabi*, che trae le sue origini dal buddhismo. Il termine significa "impermanenza, precarietà", indica tutto ciò che è semplice, umile, domestico e grezzo.

Generalmente, questi pupazzetti sono estremamente stilizzati e composti da forme geometriche semplici, e sono anche una forma d'arte abbastanza umile.

Un altro valore estetico degli amigurumi è il famoso *kawaii* (che significa carino). Anche se a noi la cosa può far sorridere, il concetto di *kawaii* è preso decisamente sul serio in Giappone, dove apprezzare soggetti teneri e carini (specialmente per le donne) non è considerato tanto infantile come da noi.

Gli amigurumi in Occidente

Gli amigurumi sono arrivati in occidente in questo millennio, quando l'interesse verso il Giappone è aumentato esponenzialmente (dai manga al sushi.. per fare due esempi!), ma la vera e propria moda degli amigurumi (che rimangono comunque un interesse di nicchia) è scoppiata solo negli ultimi anni, quando le mode alternative e gli argomenti "nerd" sono entrati nella coscienza collettiva.

Con la tecnica amigurumi è possibile creare degli oggetti personalizzati col tema che si preferisce, e anche venderli ad altre persone interessate. È molto curioso notare come la forma stessa degli amigurumi sia cambiata a seguito dell'introduzione della tecnica in Occidente: i pupazzi, infatti, hanno abbandonato le forme tonde, essenziali e *kawaii* dei pupazzi giapponesi, per abbracciare uno stile più dettagliato e realistico.

Daniela, da vera fan del Giappone segue maggiormente lo stile orientale.. come potete vedere in alcune foto delle sue creazioni (tra cui la nostra mitica mascotte Kar-lotta creata appositamente per Karatemantova!)



stile wabisabi



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>





"Ken il guerriero" (titolo originale Hokuto no Ken) è un film di animazione giapponese basato sul manga di Buronson e Tetsuo Hara, un cult degli anni '80 che ha segnato un'intera generazione. Ambientato in un mondo post-apocalittico dominato da bande criminali e dalla legge del più forte, il film racconta le vicende di Kenshiro, eroe solitario e ultimo successore della scuola di arti marziali Hokuto Shinken, una tecnica mortale capace di colpire i punti di pressione del corpo e distruggere l'avversario dall'interno.

Il tratto distintivo di Ken il guerriero è proprio l'estrema esasperazione delle arti marziali rappresentate, che portano all'esplosione dei corpi con un livello di violenza grafica e sanguinolenta che ha pochi precedenti nell'animazione. Sebbene queste tecniche siano ovviamente portate all'eccesso, gli autori si sono ispirati a reali tecniche di combattimento del kung-fu, in particolare allo stile del dim mak, noto anche come "tocco della morte". Questo aspetto aggiunge un velo di autenticità e fascino alla mitologia della serie, rendendo le scene di combattimento non solo spettacolari, ma in qualche modo plausibili.

Il film si distingue per un'estetica cruda e cupa, coerente con il contesto disperato e violento in cui si muove il protagonista. Kenshiro è un personaggio che incarna i valori tradizionali di giustizia, disciplina e sacrificio, in netto contrasto con la brutalità del mondo che lo circonda. Gli avversari, spesso giganteschi e deformati, diventano l'incarnazione di una società corrotta, e le tecniche di Hokuto, benché violente, vengono utilizzate per difendere i deboli.

In sintesi, Ken il guerriero è un film che unisce l'estetica del combattimento marziale a una narrazione epica e violenta. La mescolanza tra elementi reali e fantasiosi nelle tecniche di kung-fu contribuisce a fare di questo film un'opera cult, capace di affascinare gli amanti delle arti marziali e dell'animazione giapponese.



*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

ICHI NI SAN, MUSICA!

di Vittorio Magro

MUSEO DELLA MUSICA (CITÉ DE LA MUSIQUE) - PARIGI

Il Museo della Musica di Parigi, situato nella Cité de la Musique all'interno del Parc de la Villette, è uno dei più importanti musei dedicati alla musica al mondo. Aperto nel 1997, fa parte della Philharmonie de Paris e ospita una vasta collezione di strumenti musicali, opere d'arte e oggetti legati alla storia e alla cultura musicale. La collezione permanente del museo conta circa 7.000 strumenti, di cui 1.000 esposti in modo stabile, e offre un viaggio attraverso le diverse epoche della musica, dall'antichità fino al XX secolo.

Tra i pezzi più preziosi si trovano strumenti appartenuti a celebri compositori come Frédéric Chopin e strumenti antichi rari come clavicembali, violini Stradivari e strumenti orientali, africani e americani. Ogni sezione è arricchita da installazioni interattive e pannelli multimediali che offrono agli spettatori la possibilità di ascoltare i suoni degli strumenti esposti e immergersi in esperienze audio-visive uniche.

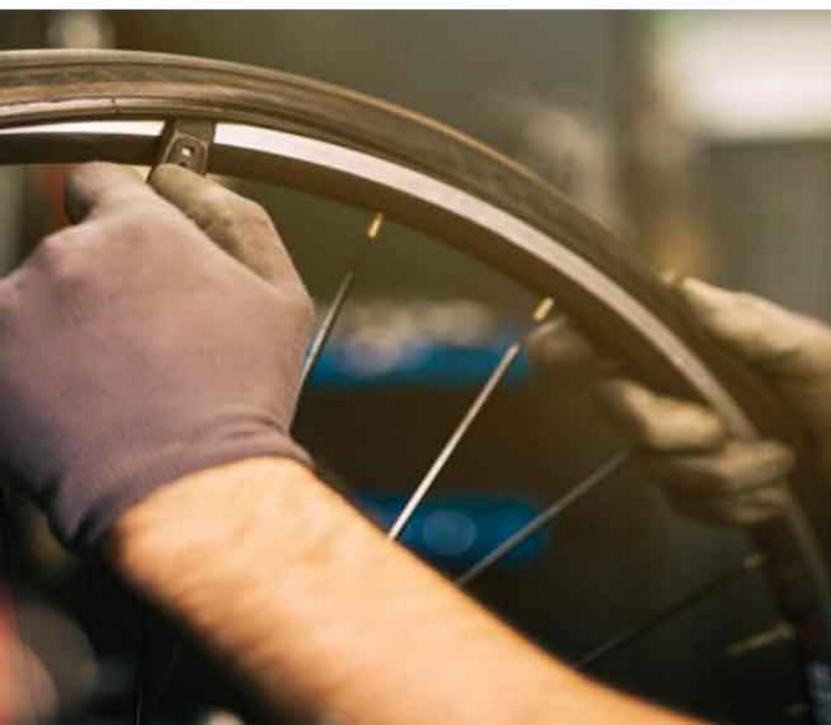
Uno degli obiettivi principali del Museo della Musica è rendere accessibile la cultura musicale a un pubblico ampio e variegato. Il museo organizza regolarmente mostre temporanee, concerti, laboratori didattici e attività per le famiglie, contribuendo a creare un luogo di incontro tra la musica e il grande pubblico.

La Cité de la Musique non è solo un museo, ma un complesso culturale che celebra la musica in tutte le sue forme, rendendolo una tappa fondamentale per chiunque visiti Parigi e desideri esplorare il mondo della musica in maniera interattiva e coinvolgente.

Indirizzo: Musée de la Musique - Philharmonie de Paris - Tel.: +33 (0)1 56 52 53 00

221 avenue Jean-Jaurès 75019 Paris - Fermata METRO/RER: Porte de Pantin. - Bus: 75, 151.

<https://www.citedelamusique.fr/francais/>



CHINALI901

bici e riparazioni dal 1901

Via Aldo Moro n.3 | Mantova

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



空手道 Corsi di **KARATE**
 bambini - adulti - agonisti - amatori
MANTOVA

Palestra Sacchi,
 Via Giulio Romano, 58
 (ATTENZIONE!!! Le prime lezioni
 si terranno in una sede differente.
 Contattaci per info)

Mercoledì e Venerdì
 dalle 18:00 alle 20:00



inizio corsi 18 settembre 2024
 Info: 338.5775667 - info@karatemantova.it

空手道 Corsi di **KARATE**
 bambini - adulti - agonisti - amatori
GOITO

Palestra Dinamika
 Via Mincio, 16

Lunedì e Giovedì
 dalle 18:30 alle 20:30



inizio corsi 16 settembre 2024
 Info: 338.5775667 - info@karatemantova.it

空手道 Corsi di **KOBUDO**
PER TUTTI!
 le armi prima delle armi

MANTOVA
 Venerdì dalle 20:00 alle 20:30

MARMIROLO
 Martedì dalle 20:00 alle 20:30

SUSTINENTE
 Lunedì dalle 19:30 alle 20:00



inizio corsi 16 settembre 2024
 Info: 338.5775667 - info@karatemantova.it

空手道 Corsi di **KARATE**
 bambini - adulti - agonisti - amatori
MARMIROLO

Palestra
 delle scuole medie
 Via Carducci

Martedì e Venerdì
 dalle 18:00 alle 20:00



inizio corsi 17 settembre 2024
 Info: 338.5775667 - info@karatemantova.it

空手道 Corsi di **KARATE**
 bambini - adulti - agonisti - amatori
SUSTINENTE

Palestra
 Via Trazzi

Lunedì e Giovedì
 dalle 18:30 alle 20:30



inizio corsi 16 settembre 2024
 Info: 338.5775667 - info@karatemantova.it

空手道 Corsi di **KARATE**
 bambini - adulti - agonisti - amatori
CARPENEDOLO

Palestra Atene
 Via Laffranchi

Martedì e Venerdì
 dalle 17:30 alle 19:30



inizio corsi 17 settembre 2024
 Info: 338.5775667 - info@karatemantova.it

空手道 Corsi di **KARATE**
DIVERSAMENTE ABILI

In **TUTTE**
 le nostre sedi!

- Mantova
- Marmiolo
- Goito
- Sustinente
- Carpenedolo



inizio corsi 16 settembre 2024
 Info: 338.5775667 - info@karatemantova.it

空手道 Corsi di **KARATE**
 bambini - adulti - agonisti - amatori
BRESCELLO (RE)

Palestra Scuole Medie
 Via Gramsci

Martedì e Venerdì
 dalle 17:30 alle 19:00



inizio corsi 1 ottobre 2024
 Info: M° Igor Minotto 340.0710220

INFO:

Davide Reggiani

tel. **338 5775667**

mail:

info@karatemantova.it



PROSSIMI APPUNTAMENTI



STAGE



con il campione

MATTIA BUSATO

7 DICEMBRE 2024 Palazzetto dello sport di Roveredo di Guà (VR)

15:30 - 16:45 1° corso per bambini e ragazzi - attività propedeutica e di avviamento ai kata

16:45 - 18:00 2° corso per ragazzi e adulti fino a cintura marrone - attività propedeutica per kumite e kata

18:00 - 19:30 3° corso per cinture nere e agonisti
Nuovo kata superiore

Valido come corso di aggiornamento per i tecnici

Atleta olimpionico
Campione europeo
Tre volte medaglia di bronzo mondiale

Per info: 3487618630



Stage mensile di kobudo di Okinawa Domenica 1 Dicembre 2024

Dalle 9.30 alle 11.30
Palasport di Marmirolo Via Grazioli

M° Davide Reggiani
M° Simone Reggiani
Istr. Ilaria Truzzi



338 5775667 info@karatemantova.it

Ventennale di Karatemantova ASD e APS 2005 - 2025



15 dicembre 2024
6° Edizione



CHRISTMAS CUP

Campionato Provinciale Karate e Kobudo CSI

PALASPORT DI MARMIROLO

Via Grazioli
inizio gara ore 9.00

- Kata individuale
- Kata a coppie
- Kata a squadre
- Kata doppio misto
- kata disabili
- Kata integrato
- Kata con armi
- Kata squadre con armi
- Kata con armi disabili
- Kata a coppie con armi disabili
- Kata Creative
- Self Defence



con il patrocinio di:

Con il Patronato di



Comune di Marmirolo



Natale dello SPORTIVO 2024

Domenica 22 dicembre

Palasport "Marco Sguaitzer"
Via Rino Gaetano, 2 - Mantova

Ore 09:00

S.E Mons. Marco Busca Vescovo di Mantova incontra gli sportivi
Discobolo Virgiliano "dirigenti e società sportive"

Musica e Sport

Presentazione campioni nazionali e regionali 2024

Riconoscimenti attività provinciali

Scambio di auguri



seguiteci sui social per aggiornamenti e novità info@karatemantova.it Tel. 338 5775667



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

tantissime proposte nella sezione HANDMADE!

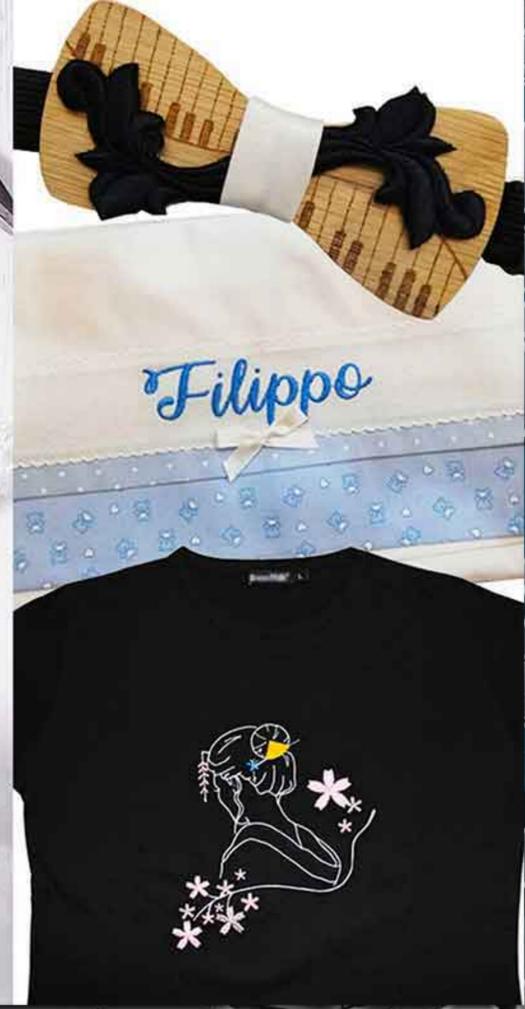


di REGGIANI CRISTINA

www.crikami.it - info@crikami.it

PREVENTIVI GRATUITI E SENZA IMPEGNO

realizza con me le tue idee...



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!

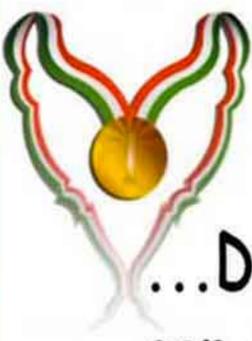
segui Crikami sui social
per rimanere aggiornato!



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



RICAMI PERSONALIZZATI, STAMPE E GADGET



PROMOSPORT



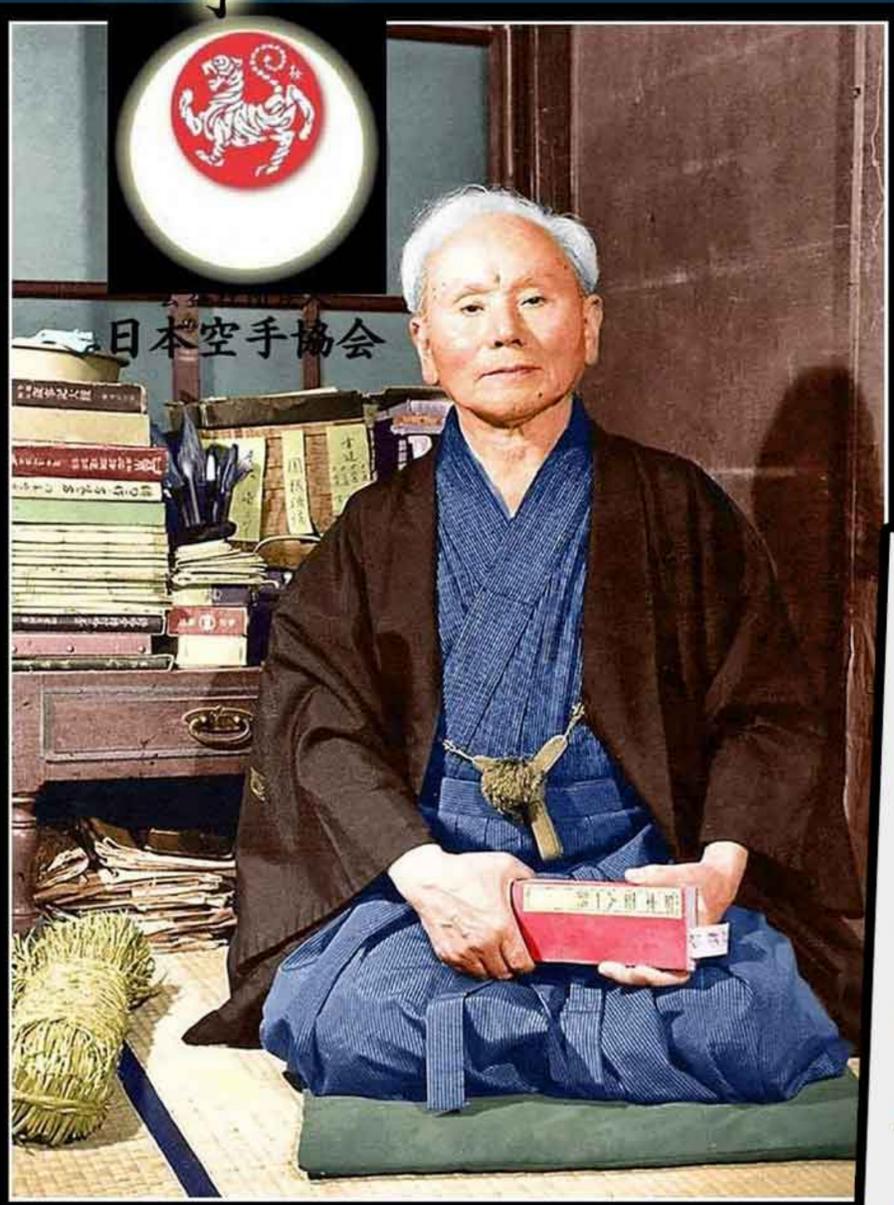
...Da oggi spillette e magneti da trigo
con i vostri loghi...

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

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



KARATEMANTOVA MAGAZINE



"Come la superficie lucidata di uno specchio riflette tutto ciò che gli sta davanti e una valle silenziosa riporta ogni più piccolo suono, così chi si accinge a praticare il karate deve rendere il proprio spirito vuoto da ogni egoismo e malvagità, in uno sforzo per reagire convenientemente dinnanzi a tutto ciò che può incontrare"

M° Gichin Funakoshi



NEL PROSSIMO NUMERO:

.....PROSSIMI EVENTI E QUALCHE NOVITÀ

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

KARATEMANTOVA MAGAZINE N° 55 - DICEMBRE 2024

Redazione e impaginazione: Vittorio Magro

disegni: Cristina Reggiani, Ilaria Truzzi - pubblicazione on-line: Simone Reggiani

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

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