



**PALESTRA DI MATTIA**

Borgo val di Taro (Pr)

# Karate club Taiji Kase

Notiziario del club n. 11 – anno 2017

**dal 1979 la cultura del karate in Valtaro**



**FJLKAM**  
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI



**CONI**

A.S.D. KARATE CLUB TAIJI KASE

Registro Nazionale CONI: 7002

Codice Federale: 08PR0549

codice CONI: EPRA0030

## **CORSI**

---

### **BABY GYM**

**conoscere se stessi, gli altri...**

**bimbi dai 3 ai 5/6 anni**

### **KARATE BAMBINI**

**“Sviluppo dell’intelligenza motoria”**

**Progetto Sport a Scuola**

**dai 5 anni in su**

### **KARATE AGONISTICO**

### **KARATE TRADIZIONALE**

**Non agonistico**

### **AUTODIFESA (Metodo Globale Autodifesa)**

Da anni la nostra Associazione ha come obiettivo la realizzazione del progetto Federale

UN PROGETTO PER LO SVILUPPO

# DELL'INTELLIGENZA MOTORIA

INTEGRATO CON I PROGRAMMI MIUR



UN PROGETTO SPECIFICO PER LA SCUOLA  
PRIMARIA E SECONDARIA DI 1° GRADO

➤ PER CRESCERE ATTRAVERSO LO SPORT

**“MOVIMENTO, SPORT E APPRENDIMENTO SCOLASTICO:  
Come migliorare l'apprendimento scolastico e contribuire a sviluppare competenze  
spendibili nella vita di relazione e nel mondo del lavoro.”**



**Nella foto**

**il professore Pierluigi Aschieri Direttore Tecnico della Nazionale Italiana di Karate e autore del “progetto” con la professoressa Laura Di Mattia allenatrice del Taiji Kase di Borgotaro e con la campionessa europea di Kata Elisa Pivi (Verona, marzo 2017).**



**BORGOTARO, GIORNATA NAZIONALE DELLO SPORT**



## CAMPIONATO SOCIALE - ESAMI DI KYU

Sabato 10 giugno 2017 presso la palestra comunale di via Piave, il Taiji Kase ha organizzato il Campionato Sociale.

Una manifestazione che aveva avuto negli anni scorsi molto successo, ma che fu poi sospesa circa 20 anni fa per fare posto ad altri progetti sportivi.

Quest'anno abbiamo riproposto questa gara in concomitanza degli esami per passaggio di cintura e posso dire che l'abbinamento è perfettamente riuscito.



**CHIARA CAPITELLI - forma libera**



KARATE = Disciplina, Rispetto, Educazione e poi ancora serietà, impegno..

La disciplina del karate, contribuisce allo sviluppo completo e armonico della personalità dei giovani, favorendone le iniziative ed aiutandoli a conquistare la propria identità.

Il karate (disciplina nata in Giappone) ha conosciuto una grande diffusione nel continente europeo, grazie soprattutto ai grandi benefici psico-fisici che porta ai praticanti.

FOTO DELLA MANIFESTAZIONE DEL 10 GIUGNO 2017





# ❖ *Il tuo sensei lo sa*

## # 1: "Raddrizzare la schiena e guardare dritto!"

### **Controlla la tua postura.**

Se trascorrete le vostre giornate come il 95% delle persone occidentali (= seduti davanti ad una scrivania) la vostra schiena probabilmente sarà sempre ricurva. *Gli esseri umani sono un prodotto del loro ambiente.* Purtroppo, questo non è né positivo dal punto di vista della salute, né dal punto di vista del Karate.

### **La schiena deve essere dritta nel Karate - soprattutto se si fanno movimenti di rotazione.**

In caso contrario, le tue tecniche non saranno pienamente efficienti dal punto di vista bio-meccanico e si potrebbero compromettere seriamente sia la salute che la prestazione.

Ma non è sufficiente avere la schiena dritta. Anche il tuo *collo* deve essere dritto.

### **Molte persone guardano giù a terra durante l'esecuzione delle tecniche di Karate. Come mai?**

Perché guardare verso il basso è un'espressione inconscia di bassa autostima.

Capisco. Il Karate è difficile. *Ma guardate su comunque!*

Lo sapevate che per ogni pollice (1 pollice = 2,54 cm) in cui la testa si inclina in avanti, si aggiungono 10 libbre (10 libbre = 4,54 kg) di pressione sul midollo spinale? *Ahia ...*

### **Inoltre, nella difesa personale, la cattiva postura ti fa apparire come una vittima.**

Il tuo sensei lo sa. *Raddrizza la schiena e guarda in avanti!*

## # 2: "Respira!"

### **Si può resistere giorni senza mangiare, dormire o bere.**

Ma non si può resistere nemmeno qualche minuto senza respirare! Eppure, per qualche ragione, la gente quando fa karate inizia senza respirare. *(O, peggio ancora, trattiene il respiro.)*

### **La respirazione è la chiave per sbloccare l'unione tra mente e corpo.**

Per essere più scientifico; è possibile modificare il livello di attivazione del sistema nervoso semplicemente regolando la respirazione, influenzando direttamente il vostro stato emotivo.

Alcune persone possono persino controllare le funzioni del loro sistema nervoso autonomo (come la digestione e la frequenza cardiaca), semplicemente attraverso la regolazione del loro modo di respirare.

*Una lunga respirazione consapevole, arriva al tuo subconscio.*

### **E' un fatto noto che la respirazione scateni la vostra forza interiore.**

"I polmoni sono serbatoi d'aria, e l'aria è la signora della forza. Chi parla di forza deve sapere dell'aria".

- Rui Meng, monaco Shaolin, 1692 .

Il tuo sensei lo sa. *Respira!*

## # 3: "Gira le anche!"

### **Le gambe rappresentano il 40% della vostra massa corporea totale.**

Per ottenere la massima potenza nelle vostre tecniche di Karate, è necessario utilizzare tutta la vostra massa corporea - compresi i vostri arti inferiori.

*Quindi, come si possono reclutare le gambe e trasferire la loro energia alla vostra parte superiore del corpo ?*

### **Con le anche!.**

Se non torcete i fianchi quando tirate un pugno, una parata, ecc, potreste anche essere seduti su una sedia a rotelle, perché si sta letteralmente isolando tonnellate di energia nelle gambe.

Vedete, l'unico modo per incanalare completamente l'energia della parte bassa del vostro corpo nella parte superiore è attraverso la sincronizzazione efficiente della rotazione delle anche.

**Il trucco è quello di coordinare le vostre anche con il resto della catena cinetica.**

Il tuo sensei lo sa. *Ruota le anche!*

## # 4: "Abbassare le spalle!"

**Ruotare le anche non è sufficiente per sviluppare grande potenza.**

Avete bisogno di trasferire la potenza attraverso tutte le articolazioni - comprese le spalle.

*Se le spalle sono rigide, deboli o scollegate, la potenza delle tue tecniche sarà gravemente diminuita.*

Ecco perché è necessario abbassare le spalle, in modo da poterle **rilassare** e stabilire la corretta connessione in allineamento strutturale delle braccia e del corpo.

**Solo allora si possono attivare i muscoli corretti (come il gran dorsale).**

Tuttavia, se il Karate è costituito esclusivamente da "tecniche al vuoto", questo non è importante. Ma, se effettivamente si colpisce qualcosa, la vostra posizione della spalla è fondamentale - sia per trasmettere la potenza sia per la salute delle articolazioni.

Il tuo sensei lo sa. *Abbassa le spalle!*

## # 5: "Rallenta!"

**Quando qualcosa ci emoziona, acceleriamo.**

E 'bello che il Karate sia emozionante. *Ma a volte è importante rallentare!*

Con la vita "accelerata" che svolgiamo, si creano cattive abitudini - come barare nelle tecniche o ferire i vostri compagni di allenamento.

**Il vantaggio principale di rallentare è che ti dà il tempo di riflettere e ascoltarti.**

Rallentare permette di conoscere un territorio inesplorato nella mappa propriocettiva - le aree fisiche del cervello responsabile per la rilevazione dei movimenti.

Lo so ... è facile andare sempre veloce, perchè ci permette di non pensare - e così si può *cavalcare* il momento di velocità.

**Rallentare richiede di essere in pieno controllo del vostro stato mentale.**

Il 99% del Karate riguarda avere la giusta mentalità.

Il tuo sensei lo sa. *Rallenta!*

## # 6: "Tieni su la guardia!"

**Mi piace mangiare torta di carote.**

Ma io odio mangiare le nocche dei pugni avversari. Perchè? Perché ogni volta che abbasso la guardia quando combatto contro un avversario esperto, mi ricorda del sapore amaro che hanno.

*Va bene, basta con i gli scherzi. Tutti sanno che è importante mantenere la guardia.*

**Eppure, non appena ci troviamo di fronte un avversario esperto, si tende, nel panico, ad abbassarla.**

La ragione è semplice: il vostro cervello da rettile passa in modalità sopravvivenza quando si combatte. Il vostro cervello dice al vostro corpo di scappare dalla situazione pericolosa e andare sotto le coperte calde del tuo letto, una grande tazza di cioccolata calda e Netflix.

*Ma tu adesso sei nel dojo. Devi essere in grado di difenderti!*

Il tuo sensei lo sa. *Tieni la guardia!*

## # 7: "Gomiti chiusi!"

**Tutti lo hanno sentito dire, ma pochi sanno perché è importante.**

Quando tiri un pugno con i gomiti chiusi, l'articolazione della spalla ruota esternamente. Dal momento che la

spalla è un giunto sferoidale ("giunto sferico"), questo crea una forza di stabilizzazione alla spalla a causa della legge biomeccanica sulla coppia delle forze. *E' anatomia di base.*

**Questo è importantissimo, perché la spalla è una delle articolazioni più instabili del corpo umano!**

Se i gomiti escono quando si tira un pugno, una parata, una percussione, ecc si perde la coppia di forza alla spalla e si finisce con maggiore gioco nel giunto articolare, inducendolo a liberarsi.

Questo aumenta il rischio di lesioni in modo drammatico.

Il tuo sensei lo sa. *Tieni i gomiti chiusi!*

## # 8: "Le ginocchia sopra ai piedi!"

**Facciamo un gioco.**

*Alzate le mani se conoscete un praticante di karate con un infortunio al ginocchio. Bene.*

Ora mettete giù le mani, afferrare le ginocchia e sussurrateli dolcemente che non gli farete mai del male. **Ecco quello che dovete sapere:**

Se vi sforzate di allineare sempre le ginocchia ai piedi, state facendo meglio del 99% delle persone che si infortunano alle ginocchia facendo Karate. Perché?

Poiché le articolazioni non sono fatte per lavorare in autonomia ma per lavorare in catene (cinetiche). Quanto più si allinea le ginocchia ai piedi, meglio possono collaborare tra loro.

**Sforzatevi di tenere la direzione del piede con il ginocchio - non importa in quale posizione ci si trovi.**

In caso contrario, la tua carriera come Karateka potrebbe essere più breve del previsto.

Il tuo sensei lo sa. *Ginocchia in linea con i piedi!*

## # 9: "Focus"

**Certo. Capisco.**

Hai "cose importanti" da fare.

Fare la spesa, prendere cura dei figli, lavoro da finire, persone da incontrare, luoghi da visitare ...

*Siamo sempre così impegnati.*

**Ma nulla di ciò deve esistere nel dojo!**

Il nome dice tutto: "DO" - "JO" ("Via" + "posto").

Semplicemente: non c'è alcun spazio per le distrazioni mondane nel posto per studiare la Via.

*Se si pratica solo Karate un paio di volte a settimana, non perdetevi tempo facendolo con distrazione.*

(Ecco il mio modo preferito di mettere a fuoco.)

Fidati di me - la vostra lista della spesa, bollette telefoniche e biglietti per il parcheggio saranno ancora lì per voi dopo l'allenamento. Non stanno andando da nessuna parte, purtroppo.

*E il tuo Karate non migliorerà pensandoci.*

Ti meriti il lusso di chiudere le distrazioni fuori dal dojo. *Metti a fuoco!*

## # 10: "Relax & Smile!"

**Infine, forse la più importante:**

E' facile essere troppo rigidi nel Karate.

*La nostra vita frenetica moderna ci costringe ad accumulare tensioni!*

Ma Karate non può fluire da uno stato di tensione.

Ecco perché Inoue Yoshimi, più grande allenatore kata (RIP) al mondo **mi ha detto quanto segue:**

**"Sorridi!"** Non perché la vita è troppo breve per non goderne. *Ma, perché quando sorridi, ti rilassi!*

**Inutile dire che le vostre tecniche di Karate possono solo essere efficaci quando sei veramente rilassato** In altre parole, sorridete ogni volta che vi sentite rigidi. Ti farà sentire rilassati.

# ❖ A Francesco Di Mattia conferita la qualifica di “MAESTRO BENEMERITO”

**FIJLKAM**

FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

IL PRESIDENTE

Roma, 26 luglio 2016

Preg.mo Sig.

Francesco DI MATTIA

Suo indirizzo



Sono lieto di comunicarLe che il Consiglio di Settore, nella riunione del 22 luglio u.s., Le ha conferito la qualifica di Maestro Benemerito in considerazione della Sua pluriennale attività svolta in favore del Karate e per il costante e qualificato impegno offerto per lo sviluppo della nostra disciplina.

La consegna degli attestati, targa, diploma e tessera, sarà effettuata per il tramite del Comitato Regionale competente.

Nel compiacermi con Lei per questo importante riconoscimento, che corona la Sua lodevole attività al servizio della Federazione, Le porgo le mie più vive cordialità.

Domenico Iacone

VIA DEI SANDOLINI, 79 - 00122 OSTIA LIDO  
TEL. +39/0656434602 - 603 - FAX +39/0656434450  
P.IVA 01379961004



SITO WEB: [www.fijklkam.it](http://www.fijklkam.it) E-MAIL: [presidenza@fijklkam.it](mailto:presidenza@fijklkam.it)

*Mi sento onorato e gratificato per questo riconoscimento, è il primo che la FIJLKAM (l'unica Federazione riconosciuta dal CONI e dal CIO) dà a un maestro dell'Emilia Romagna ed è il massimo che un maestro possa ricevere per onorare il lavoro fatto per tanti anni nel divulgare lo sport e il karate in particolare.*

*Il karate è stata la mia passione il mio lavoro, la mia vita, perché non è esistito giorno in cui non ho pensato al karate, ai miei allievi e al loro futuro sportivo, per questo la mia carriera è stato un continuo aggiornarmi, migliorarmi per essere per loro un degno maestro.*

*Ringrazio il Presidente federale, il vice Presidente e tutto il Consiglio di Settore per questo riconoscimento al mio impegno ultraquarantennale per lo sviluppo della nostra disciplina, finalmente Sport Olimpico.*

➤ *Articolo preso dal Sito Web: Karate blog International*

## Karate Blog International

Cesenatico, 6 gennaio 2017, In occasione del 17° seminario di karate, il presidente del settore karate, Sergio Donati, consegna il diploma e la targa personalizzata al Maestro Di Mattia a coronamento di una brillante carriera sportiva ( e non ancora finita!!!)



... E' stata posta inoltre, l'attenzione ad un piccolo ma grande intermezzo motivazionale dove il Presidente di Settore Sergio Donati ha consegnato personalmente il titolo di Maestro benemerito al Maestro Francesco Di

Mattia. Un gesto all'apparenza semplice ma con un tratto specifico di cambiamento sottolineato proprio dallo stesso Presidente ovvero, una targa coniata ad hoc che certifica e valorizza un attestato di stima da parte della Federazione verso i propri associati che nel corso della loro vita atletica e dirigenziale hanno contribuito alla crescita della stessa Federazione.



## Michelle Larini e Ilaria Delnevo Campionesse Regionali

Busseto, domenica 9 ottobre, Michelle Larini e Ilaria Delnevo vincono il Gran Premio Giovanissimi conquistando il titolo di campionesse regionali di karate nelle categorie dei 42 e 60 kg, mentre Giada Curà si classifica al quinto posto nella categoria dei 47 kg.

Le due giovanissime atlete, neo Campionesse regionali, si qualificano così alle fasi Nazionali che si svolgeranno a Ostia Lido (Roma) il 29 e 30 ottobre, dove lotteranno per la conquista del titolo Italiano Esordienti/A.

Soddisfazione da parte nostra per la bella prestazione delle nostre atlete che oltre a portare a casa due titoli regionali hanno dimostrato di avere grande tenacia e voglia di vincere nell'occasione hanno trovato in Laura Di Mattia una coach capace e che sa infondere alle giovanissime atlete grande sicurezza e determinazione.

Arrivederci a Roma!



Medaglie anche per i più piccoli che hanno partecipato alla gara del progetto sport a scuola

- Capitelli Chiara
- Bosi Morena
- Gasparini Sara
- Curà Alex
- Larini Maxell

## TROFEO TOPOLINO

Più che una gara è stata una gran festa il trofeo topolino che si è svolto a Lucca il 12 novembre. Ben 300 mini karateka si sono ritrovati nel Palazzetto dello Sport di Lucca in occasione della 22esima edizione del Trofeo Topolino, manifestazione dedicata ai piccoli praticanti la nostra arte marziale e promossa dalla Fijlkam in collaborazione con Walt Disney Italia. Suddivisi in tre fasce di età si sono destreggiati nel circuito di agilità, nel gioco tecnico del palloncino e nella prova libera. Il nostro club ha partecipato con 6 giovanissimi atleti: Michelle Larini, Maxell Larini, Asia Carnovale, Sara Gasparini, Chiara Capitelli e Chiara Servini e ancora una volta i nostri ragazzi hanno dimostrato la loro bravura, distinguendosi tra i tantissimi partecipanti in particolare nel gioco tecnico dove Michelle si è piazzata al primo posto e Chiara Capitelli al terzo.

Ad animare l'evento lo staff della Walt Disney aveva dedicato un'area per la realizzazione di lavoretti manuali a tema Disney, alla proiezione di video e alla pittura creativa.

Durante i momenti di intervalli, l'animatore Giangi ha distribuito gadget, premi e regali, come lo zainetto e la penna di Topolino. Attratti dal divertimento grandi e piccoli hanno preso parte ai giochi e risposto ai quiz sui personaggi Disney.



## TROFEO TOSCANA



Si è disputato a Pisa,  
domenica 4 dicembre,  
il Trofeo Toscana 2016.

Gara suddivisa in due serie: serie A e  
serie B.

Nella serie A, si sono piazzate al 2°  
posto Ilaria Delnevo nella categoria 60  
kg, mentre nella categoria 47 kg Giada  
Cura' si classifica al 7° posto.

Gara difficile e impegnativa e tutto  
sommato possiamo essere soddisfatti  
del risultato ottenuto.

Non poteva mancare una visita nella splendida città ...



## IX° OPEN INTERNAZIONALE DI SAN MARINO

### Medaglia d'oro per Giada Cura' e Ilaria Delnevo

San Marino,  
domenica 11 dicembre.  
Brillante risultato per il  
nostro sodalizio nella gara  
Internazionale organizzata  
dalla federazione  
sammarinese.

La nostra società ha  
partecipato a questa gara  
con sole due atlete, quelle  
che ritenevamo più  
preparate e più in forma e  
loro ci hanno ripagato

portando a casa due medaglie d'oro nella classe Esordienti/A femminile ILARIA DELNEVO nella categoria 60 kg e GIADA CURÀ nella categoria 47 kg



Non possiamo che essere soddisfatti di questo risultato in una gara così importante e di altissimo livello tecnico, hanno partecipato 68 società e oltre 700 atleti. Le nostre atlete hanno veramente entusiasmato vincendo tutte le fasi eliminatorie, compresa la finale, con punteggio pieno. Grande soddisfazione per la nostra Giada che, dopo tanti terzi posti riesce finalmente a salire sul gradino più alto del podio disputando una gara impeccabile, mentre Ilaria dopo l'argento conquistato a Pisa, al Trofeo Toscana, domenica 4 dicembre, con l'oro di San Marino, si riconferma tra le più competitive nella sua categoria

Ilaria e Giada prime classificate nelle categorie dei 60 e 47 kg

In alto, Laura con le due atlete

E dopo la gara è d'uopo una visita a San Marino



## LUCCICA L'ORO DEL TAIJI KASE



Domenica 29 gennaio 2017 si è svolto a Gerenzano in provincia di Varese il 2° appuntamento di KARATEKANDO VERSO LE OLIMPIC GAMES.

La gara è stata organizzata da ASC Monza e Brianza in collaborazione con GKI Gruppo Karate Italia e l'ASD KENTO ZAZEN.

Questa 2ª edizione ha visto l'alternarsi di oltre 650 Atleti fra KATA e KUMITE.

Grazie a un'ottima organizzazione e a un Palazzetto molto capiente la gara si è svolta in modo impeccabile rispettando gli orari programmati.

Le atlete del Taiji Kase, Giada Curà e Ilaria Delnevo, già vincitrici dell'Open Internazionale di San Marino lo scorso 15 dicembre, hanno centrato ancora l'oro conducendo una gara impeccabile in particolare la Curà che ha dimostrato grande temperamento in una categoria, la 47 kg, dove il livello delle atlete era decisamente alto, ma lo stesso dicasi per la Chiara Capitelli che alla sua prima gara importante ha entusiasmato vincendo due incontri e perdendo solo con la vincitrice della categoria, molto più facile la vittoria della Delnevo dove la categoria dei 60 kg era ridotta a due sole atlete.

Ottimo il lavoro svolto dalla loro coach Laura Di Mattia che sa caricare le sue atlete spingendole con determinazione verso i gradini del podio

In alto le atlete con la prof. Laura Di Mattia, prima della gara.

A fianco Giada Curà sul Podio





le atlete medagliate dopo la gara

Ilaria Delnevo



Chiara Capitelli



## Giorno d'esami per passaggio di cintura

Sabato 18 febbraio 2017, si è tenuto a Borgotaro, presso la palestra di via Piave l'esame per passaggio di cintura, molto riuscita la manifestazione, con un folto pubblico che ha accompagnato gli esaminandi con frequenti e scroscianti applausi.



La giuria era composta dalla prof. in scienze motorie e insegnante Tecnico Laura Di Mattia, dalle cinture nere ex agonisti Elisa Tambini e Luca Tambini.

il programma d'esame prevedeva per i giovani fino alla 3<sup>a</sup> elementare: KION – ESERCIZI A COPPIE e PREACROBATICA – ESERCIZIO A CORPO LIBERO (mobilità/elasticità/equilibrio).



Ragazzi e Esordienti:

- KATA LIBERA
- COMPOSIZIONE
- PALLONCINO
- KUMITE.

Per gli adulti gialle:  
KIHON – KATA – KIHON  
IPPON KUMITE

a seguire, la cerimonia  
di consegna delle  
cinture e dei diplomi



---

e per finire ci trasferiamo, per la gioia dei bambini (e degli adulti) a festeggiare in una nota pizzeria del posto



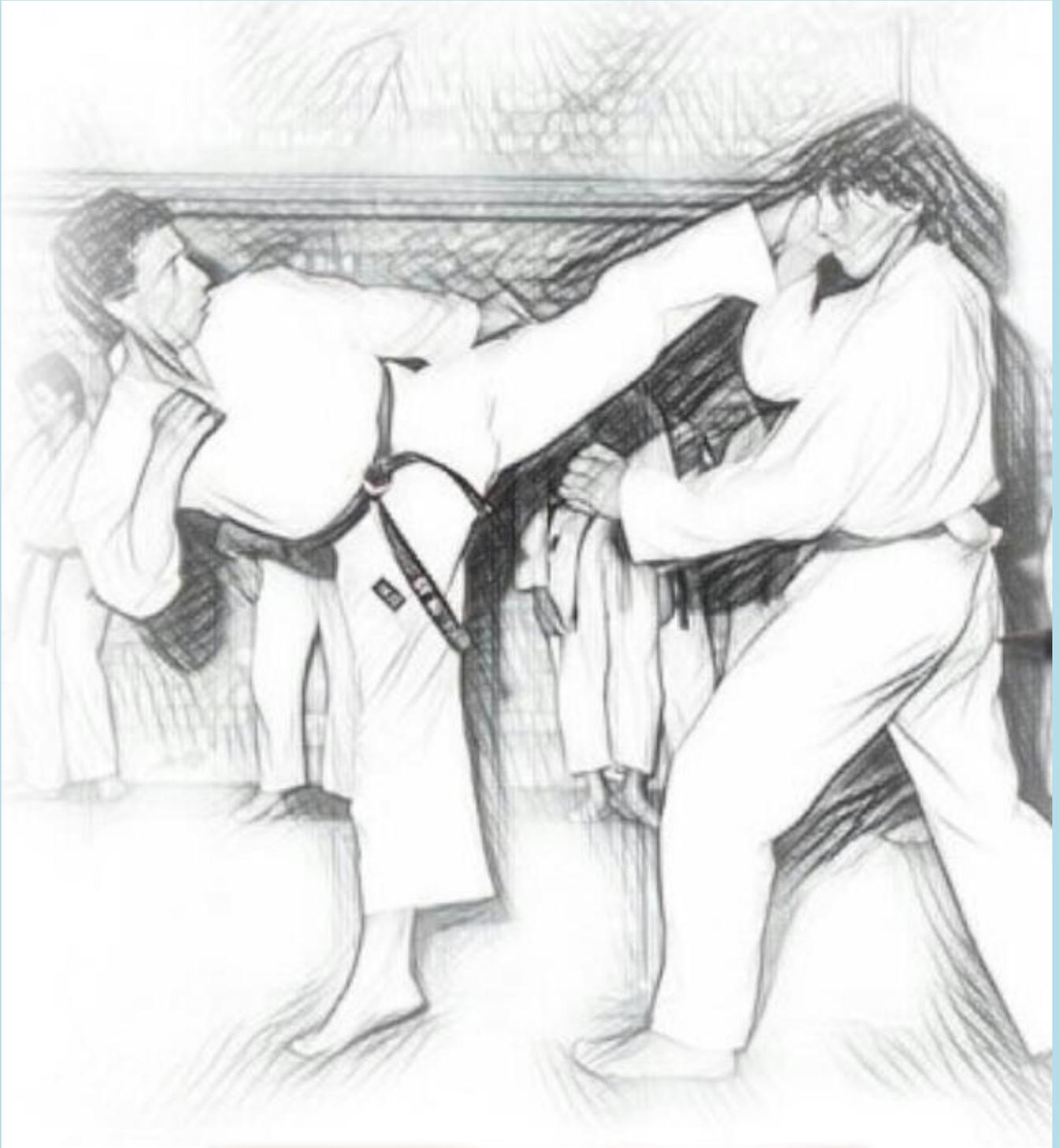
# the karate kid



Per vincere domani







## SUCCESSO PER GIADA CURÀ

Domenica 12 marzo 2017, si è svolta a Cittadella in provincia di Padova la 5<sup>a</sup> edizione della Coppa Italia Libertas, numerosi i partecipanti e ottima l'organizzazione

Le nostre due atlete partecipanti hanno ben figurato cogliendo l'oro nella categoria -50 kg ES/A con Giada Curà

e il bronzo nella categoria - 60 kg ES/A con Ilaria Delnevo



Ottima la prestazione della nostra Giada che vince tre incontri alla grande.

Sotto tono la prestazione della Delnevo che arriva terza in una categoria che oltretutto registrava un esiguo numero di partecipanti



## Risultato ottimo al 19° International Grand Prix d'Italia



**Domenica 26 marzo 2017, si è svolto a Gerenzano (VA) il 19° INTERNATIONAL GRAND PRIX D'ITALIA**

Il gruppo agonisti composto da 5 atleti conquista due ori, un argento e un bronzo

Eccellente risultato per le nostre new entry nel gruppo agonistico del Taiji Kase, che vede Benedetta Rampini e Sara Gasparini, stessa categoria, vincitrici nelle rispettive pool, sono quindi una contro l'altra nella finale per la conquista del gradino più alto del podio, vince Benedetta in uno scontro tutt'altro che amichevole e che comunque logico e naturale, a Sara va l'argento.



Bellissima la prestazione di Chiara Capitelli che vince la medaglia d'oro, ma anche Morena Bosi non è da meno e conquista il podio per una meritatissima medaglia di bronzo.

È andata male per la nostra Giada Curà in giornata NO ha perso il primo incontro con nessuna speranza di essere ripescata. Abbiamo una settimana per recuperare la forma necessaria per affrontare il grande impegno degli OPEN D'ITALIA che si svolgono a Riccione sabato e domenica prossima 1-2 aprile 2017.

Giornata comunque positiva, la scuola del Taiji Kase con gli insegnanti Laura e Francesco Di Mattia ricomincia dai giovanissimi e guarda verso un futuro roseo che ci invoglia a sognare tanti successi.



## 18° ADIDAS OPEN D'ITALIA

Medaglia di Bronzo per la nostra Ilaria Delnevo al XVIII adidas open d'Italia di Karate che si è svolto al Palazzetto Playhall di viale Carpi 4 a Riccione da venerdì 31 marzo a domenica 2 aprile 2017.



Con un arbitraggio a dir poco scandaloso, la nostra Giada Curà viene eliminata nei 47 kg, mentre Ilaria nella categoria dei 60 kg vince i primi due incontri, ma perde l'accesso alla finale, ed è triste dirlo, ma anche in questa occasione le sviste dei giudici sommate alla loro incompetenza hanno fatto il risultato.

Noi, maestri e allenatori dobbiamo pensare ad allenare e migliorare i nostri atleti, speriamo che chi di dovere pensi a migliorare anche la classe arbitrale.

## OPEN DI TOSCANA KARATE



Sabato 13 e domenica 14 maggio 2017, il PalaGolfo di Follonica è stato gremito da atleti da tutta Italia, e non solo, per l'Open di Toscana Karate, una gara internazionale tra le più grandi ed importanti organizzate in Italia.

Gli otto tatami di gara si sono alternati quasi 1500 karateka nel kumite, il combattimento sportivo, e nel kata, le forme, suddivise nelle categorie d'età Beginner A e B, Cadets, Junior, Under21 e Master.

La gara, iniziata sabato regolarmente alle ore 8 si è conclusa nel tardo pomeriggio di domenica.

La nostra compagine era formata da quattro atlete,  
Giada Curà e Morena Bosi che tiravano nella categoria dei 53 kg  
Michelle Larini e Chiara Capitelli nella 42 Kg  
Laura e Francesco coach

per la prima volta i nostri atleti non hanno fatto podio.

5° posto per Chiara Capitelli e Giada Curà

7° posto per Michelle Larini



## ARGENTO AL TROFEO CONI 2017

- ❖ Giada Curà, medaglia d'argento
- Michelle Larini, medaglia d'argento
- Morena Bosi, Medaglia di bronzo
- chiara Capitelli 5<sup>^</sup>class.



Il podio dei 53 kg  
Giada medaglia d'argento  
Morena medaglia di bronzo

Si è svolto al palazzetto dello sport di Borgotaro il Trofeo CONI 2017. quattro atlete in gara per il TAJI KASE, Michelle Larini e Chiara Capitelli, nella categoria -42 kg; Giada Curà e Morena Bosi nella categoria -53 kg.

In tutte e due le categorie le nostre atlete sono in finale, addirittura anche per il terzo posto.

Michelle è in finale nei 42 kg e Giada nei 53 kg

nelle stesse categorie di peso lottano per il terzo posto Morena e Chiara; non potevamo pretendere di più fino a quel momento,

intanto Morena vince la finalina per il terzo posto, nell'altra categoria però Chiara la perde e arriva quinta.

Si disputano le finali per il primo e secondo posto, ma qualcosa va storto, Michelle perde 2-1 con l'atleta dello S.K. Fidenza e subito dopo anche Giada, perde pure lei 2-1, con l'atleta dello Sport Village di Bologna.

Due medaglie d'argento e una di bronzo.



Un buon risultato sicuramente, ma il pronostico era favorevole alle nostre atlete, sia sotto il punto di vista tecnico che atletico e si doveva vincere, ma purtroppo è andata così e bisogna riconoscere comunque, che la grinta e la determinazione sono mancate! Cosa dire allora? Certo un rammarico per l'oro mancato, ma anche la soddisfazione di essere sempre lì...sul podio.

**AD MAIORA!**



Il podio dei 42 kg  
Michelle medaglia d'argento



## A trent'anni dall'incidente nucleare più grave della storia, quello di Prypiat, in Ucraina



Un bellissimo momento di svago trascorso con i bimbi di Gomel (Bielorussia) ospiti nella nostra palestra e i bimbi del karate club Taiji kase

(20 luglio 2016)



# Correva l'anno ..... 2003

## BAVARIAN OPEN

La Rappresentativa Italiana conquista l'argento



Sabato 1 febbraio 2003 la RAPPRESENTATIVA ITALIANA ha partecipato a Ingolstadt, in Germania, agli Open di Bavaria vincendo l'argento a squadra. Ottima la prestazione della nostra atleta Laura Di Mattia.



**CENTRO**  
**COMMERCIALE** di Avalli  
 mq. 1000 area vendita

Salumeria, panetteria, gastronomia  
 ortofrutta, pesce fresco, macelleria,  
 drogheria alimentare e chimica,  
 casalinghi, elettrodomestici, Hi-Fi, telefonia

**CONAD**

Via Primo Brindani, 1 - Tel. 0525/90250 - Borgo Val di Taro

## RAMPINI CALZATURE

BORGHO VAL DI TARO (PR)  
 VIALE BOTTEGO ,47  
 0525 90471

PARMA  
 VIA G. MAMELI 3/A  
 0521 208804

BORGHO VAL DI TARO (PR)  
 VIALE BOTTEGO ,20  
 0525 90471

## Pizzeria Ristorante



## I due Gatti

Specialita' Pizza alta e Funghi

Largo Roma, 4  
 Borgo Val di Taro (PR) - Tel. 0525 96593  
 Cell. 348 0520632 - 338 4070068  
 × Ampia terrazza estiva ×  
 Pizza con lievito madre

Due tipi di pizza:  
 alta al trancio e bassa tradizionale

Web: [www.iduegatti.it](http://www.iduegatti.it)  
[info@iduegatti.it](mailto:info@iduegatti.it)

ROBERTO POLONI



TORNITURA - FRESATURA  
 TRADIZIONALI - CNC

Via Primo Brindani, 31 - Zona Industriale - 43043 BORGHO VAL DI TARO (PR)  
 Tel. e Fax 0525 97997 - E-mail: [bonfersnc@virgilio.it](mailto:bonfersnc@virgilio.it) - P.I. 02221560341

