

SHORINJI KEMPO NEWS

Editore: F.I.S.K.
Direttore: Casalnovi Giacomo

Disegni e Foto: F.I.S.K.
E-mail: redazione_generale@shorinjikempo.it

F.I.S.K. Web: www.shorinjikempo.it
W.S.K.O. Web: www.shorinjikempo.or.jp/wsko

© - Il nome **Shorinji Kempo** ed i simboli usati sono copyright della Shorinji Kempo Unity. Il loro uso è consentito ai soli Branch e alle Federazioni riconosciute.



SHORINJIKEMPO
少林寺拳法

Shorinji Kempo is **ONE**
(Shorinji Kempo è UNO)

AVVISO:

Ricordiamo a tutti i Kenshi e Branch Masters che sul sito internet Federale sono disponibile le date dei Gasshuku di ogni comitato (Nord - Centro - Sud).

Grazie per la collaborazione.

NEWSLETTER IN GIAPPONE



Gassho,

per chi non lo sapesse, anche in Giappone è presente a tempo pieno una struttura simile alla nostra per la pubblicazione delle newsletter in tutto il Giappone.

Ovviamente le dimensioni della Federazione Giapponese e del Kongo Zen Shonzan Shorinji sono molto maggiori della Federazione Italiana e quindi possono contare su un numero maggiore di persone che se ne occupano a tempo pieno.

Come le nostre, anche le loro sono in formato PDF e liberamente scaricabili.

L'obbiettivo che ci proponiamo è di avvicinarci sempre più alla pubblicazione giapponese, per ora speriamo che sempre più persone scrivano, saremo ovviamente felici di pubblicare i vostri contributi.

Per info e download: <http://www.shorinjikempo.or.jp/religious/aun/index.html>



- BRANCH DEL MESE - *MILANO OVEST BRANCH*

Il Branch come indica il nome stesso, svolge la propria attività nella città di Milano zona nord ovest (circoscrizione zona 8) e più precisamente presso il "centro sportivo way out" sito in via Sapri n. 64 situato nei pressi della certosa di Garegnano (uscita aut. laghi piazzale ai laghi).

L'insegnante nasce a Milano nel dicembre del 1968 si avvicina alla pratica delle arti marziali nel 1982 praticando diversi stili di kung fu esterni ed interni. Nel 1989 l'incontro con lo Shorinji Kempo, inizia la pratica e nel 2001 acquisisce il grado di 3° dan Chukenshi; qualche anno più tardi fonda Milano ovest Branch (dicembre 2006). Successivamente, nel giugno 2011 in occasione dell'European Taikai svoltosi nella città di Montecarlo sostiene l'esame per il grado di 4° Dan Seikenshi. Docente di tecniche operative speciali e difesa personale della polizia locale di Milano, ottiene anche il titolo di educatore sociale in arti marziali riconosciuto dalla regione Lombardia (progetto la regione Lombardia insieme ai maestri).



Milano Ovest Branch agli albori



Milano Ovest Branch nasce ufficialmente il 15 dicembre 2006, sotto la direzione del signor **Lucà Cosimo** allievo di Sensei Carugati Maurizio 6° dan Daikenshi membro WSKO (organismo preposto alla divulgazione dello Shorinji Kempo nel mondo) e attuale vice presidente della FISK.

Agli albori questo Branch era composto per lo più da colleghi di lavoro dello stesso responsabile i quali affascinati dall'efficacia delle tecniche della disciplina intrapresero un percorso didattico ma poi col tempo molti di essi abbandonarono la pratica per problemi vari, e così il branch cominciò a rinnovarsi e si fondarono le basi affinché si delineasse l'attuale conformazione dello stesso. Esso si compone di circa 18 studenti tra cui anche

quattro rappresentanti del sesso femminile con un'età variabile dai sedici ai quaranta anni.

Il mio augurio è che lo Shorinji Kempo si possa un giorno diffondere capillarmente in tutto il tessuto sociale del nostro paese e possano quelli che sono i suoi principi ispiratori entrare a far parte della mentalità e della cultura comune delle persone dando vita a quello che fu l'obiettivo principale del fondatore il miglioramento della società, partire dal singolo individuo per migliorare l'insieme, e finalmente vivere in una società equa dove le persone si rispettano e collaborano per il benessere comune.



Sensei Lucà con il gruppo degli esaminandi a Montecarlo (2011)

GASSHUKU a Latina [18 marzo 2012]



Domenica 18 marzo presso il Palabianchini di Latina si è svolto il 2° stage interregionale centro Italia di Shorinji Kempo, evento contornato di gioia e armonia tra i partecipanti con tanta soddisfazione per l'ottima riuscita grazie anche alle stupende condizioni meteorologiche di cui godeva il capoluogo pontino quella domenica.

Questo stage ha avuto una doppia valenza, è infatti il primo stage interregionale organizzato dal neonato Latina Branch ed è stato anche un "amarcord"!!

Nel lontano 1993, infatti, nel palazzetto di Latina si svolsero gli allenamenti dello Stage Nazionale "Roma '93" organizzato dal Comitato Centro Italia; secondo stage nazionale che ha segnato, dopo "Messina '92", in maniera sostanziale lo sviluppo dello Shorinji Kempo in Italia, a quei tempi, infatti, ancora non esisteva ufficialmente Roma Branch, che sarebbe stato fondato nel 1994.

Ed è per questo motivo che in questa occasione si è voluto ricordare e ringraziare quanti nel 1993 si sono prodigati nella sua organizzazione, realizzazione e riuscita, e che fino ad oggi hanno contribuito al nostro sviluppo.

Se oggi noi di Latina Branch abbiamo potuto organizzare questo Stage è anche grazie al lavoro svolto da loro nel passato e che si è sviluppato nel tempo fino ad oggi.

Il Gasshuku aveva come tema principale l'Embu ed è stato condotto da Sensei Rosario Previti, V Dan, Istruttore Federale FISK, Segretario Generale FISK e Branch Master di Roma Branch e a cui hanno partecipato i seguenti Branch con i relativi Branch Master e Società Aggregate per un totale di 85 partecipanti:

- Sensei Rosario Previti, V Dan, Branch Master di Roma Branch - S.A. Roma Prenestino - S.A. - Roma Ethos
- Sensei Massimiliano Rossi, IV Dan, Branch Master di Roma Eur Branch - S.A. Roma Laurentino
- Sensei Massimiliano Cirillo, IV Dan, Branch Master di Roma Sud Branch
- Sensei Francesco Vietri, III Dan, Branch Master di Roma Nord Branch
- Sensei Claudio Necci, III Dan, Branch Master di Latina Branch

Alle 10:00 l'inizio di fronte a decine di spettatori incuriositi. Dopo il Gassho Rei seguito dal Chinkon condotto da Sensei Necci ed un riscaldamento degno della situazione condotto da Sensei Cirillo, sono seguiti i Kihon condotti da Sensei Vietri accompagnati da un coro di Kiai che risuonavano per tutto il palazzetto; inoltre gli Hokei condotti autorevolmente da Sensei Rossi.



In seguito i partecipanti sono stati divisi per gradi, Kyu Kenshi e Dan Kenshi dall'altra, dove hanno iniziato una serie di esercizi in coppia propeudeutici per l'Embu. Verso la fase finale del Gasshuku è stata data la possibilità di provare gli Embu anche in vista del prossimo Embukai. Tra le varie e spettacolari esibizioni che si sono succedute è spiccata quella di due giovanissime Kenshi, Aurora e Giulia, che attraverso un loro piccolo Embu hanno dato dimostrazione che lo Shorinji Kempo è divertirsi insieme e quindi perfettamente adatto anche per i più piccoli. E' seguita l'immane parentesi filosofica da parte di Sensei Previti che ha accompagnato i partecipanti fino al saluto finale ed ha fatto comprendere anche agli spettatori alcuni degli aspetti fondamentali che caratterizzano lo Shorinji Kempo.

Terminato il Gasshuku la bellissima giornata è proseguita, per la maggior parte dei partecipanti, seduti attorno a un tavolo a mangiare bere e divertirsi prima di lasciare la città per il rientro nella capitale.

[Segue sul prossimo numero]

Claudio Necci - B.M. Latina

Campo INVERNALE a Milano



MILANO - Il 25 febbraio si è svolto presso la **Thunder Gym**, sede di allenamento di Milano Branch, un mini-campo invernale tenuto da Sensei Carugati Maurizio (B:M: Milano Branch) aiutato da Sensei Cominardi Giuliano (B:M: Cassina Rizzardi Branch).

Il tema di questa giornata è stato *un'yo-bo*, l'addestramento al Randori.

Questo tipo di addestramento è fondamentale per avvicinarsi in modo sicuro e senza danni al combattimento, in quanto si pone come ob-

biettivo l'applicazione delle tecniche sintetizzandone i principi su cui sono fondate. Questo sistema di allenamento ovviamente, vale sia per in *Gobo*, tanto per i *Jubo*, dove la velocità di esecuzione della tecnica, il tempo di esecuzione e la spontaneità diventano componenti fondamentali per la buona riuscita della stessa. I lavori si sono chiusi con la riunione per i Branch Masters di aggiornamento per la protezione del logo e della proprietà intellettuale dello Shorinji Kempo.



Grazie a tutti.



Giappone 2012

- Spring Camp Week D -

Nel prossimo numero tutti i dettagli del viaggio in Giappone presso la Sede Centrale dello Shorinji Kempo a Tadotsu !!

RANDORI

E' l'addestramento al combattimento. Bisogna cercare di eseguire le tecniche di Shorinji Kempo in maniera naturale e spontanea con movimenti veloci e precisi. Il nostro scopo è l'**autodifesa**, quindi bisogna impegnarsi a provare ad eseguire correttamente tutte le tecniche di difesa imparate in allenamento e applicarle a velocità e potenza reale.

