

SHORINJI KEMPO NEWS

Shorinji Kempo Newsletter: Pubblicazione Bimestrale

Editore: Federazione Italiana Shorinji Kempo (F.I.S.K.)

Direttore: Casalnovo Giacomo

E-mail: redazione_generale@shorinjikempo.it

F.I.S.K.: www.shorinjikempo.it

W.S.K.O.: www.shorinjikempo.or.jp/wsko



SHORINJIKEMPO
少林寺拳法

Arte Marziale e Sistema Educativo. Per Tutti.

ALLENAMENTO DELL' 8 Aprile 2013 A ROMA

In data 8 Aprile si è svolto a Roma un allenamento speciale per i Dankenshi tenuto dai massimi rappresentanti della Federazione Italiana Shorinji Kempo; Sensei **MARCHETTI Riccardo** (*presidente*), Sensei **CARUGATI Maurizio** (*vice-presidente*), Sensei **PREVITI Rosario** (*segretario generale*).

Si è partiti con Chinkon Gyō e Taisō per poi cominciare a ripassare le varie tecniche che via via venivano presentate sulla base del proprio grado.

Si è poi continuato con l'addestramento al Randori (*un'yoho*) e infine con il Ju-ho.

E' stata una mattinata molto intesa dove i Kenshi hanno potuto approfondire le caratteristiche specifiche delle tecniche chieste. Foto di gruppo finale e pranzo tutti insieme. :-)



TAIKAI NAZIONALE ITALIA "MILANO 2013"



Il 20 e 21 aprile è stato organizzato il XX Gasshuku Nazionale Italia "MILANO 2013" presso l'Hotel "Gran Barone di Sassj" sito a pochi km dal capoluogo lombardo.

A questo evento hanno partecipato circa 210 persone, tra Sensei e Kenshi compresi anche gli amici provenienti da altre parti d'Europa.

Sono intervenuti infatti Sensei Williams e la moglie Michelle dal Regno Unito, Sensei Pettersson e Tilly dalla Svezia, Sensei Birling con Letizia, Massimiliano, Maria e Tanya dalla Germania.

Immane poi la presenza dei Branch Masters italiani e soprattutto la presenza di **Aosaka Sensei** dalla Francia e **Maehara Sensei** dal Regno Unito come sempre ospiti fissi di tutti i nostri eventi Nazionali.

L'evento quest'anno, essendo in Seminario Ufficiale della SHORINJI KEMPO UNITY, oltre alla pratica, è stata data anche molta importanza alla parte filosofica, curata personalmente da Aosaka Sensei che ricordiamo è il Direttore Europeo della WSKO.



TAIKAI NAZIONALE ITALIA “MILANO 2013”

Gli allenamenti sono cominciati in data 20 aprile con *Chinkon-Gyō* eseguito dal Presidente della Federazione Italiana Shorinji Kempo, Sensei Marchetti Riccardo. Sono stati eseguiti poi i *Kihon* e gli *Hokei* eseguiti, alternandosi, dai vari Branch Masters.

Durante poi il corso della mattinata ci si è divisi per gradi dove ognuno ha ripassato il proprio programma tecnico, con la supervisione sempre di Aosaka Sensei e Maehara Sensei che si alternavano nelle spiegazioni e negli approfondimenti delle varie tecniche.

Il sabato sera, durante il Party, è stato festeggiato il compleanno di Aosaka Sensei. (Tantissimi auguri!!!!).



Il giorno seguente, l'allenamento è ripreso con le stesse modalità del sabato, alternando sempre momenti di *Howa*. Molto divertente è stata infine la spiegazione/esecuzione della tecnica *Baku-ho*, eseguita da Aosaka Sensei.

Dopo i saluti finali e la consegna dei regali, nel pomeriggio di domenica 21, i lavori sono terminati.

Ringraziamo tutti coloro che hanno aiutato per la buona riuscita dell'evento, tutti gli insegnanti e gli atleti che sono venuti da tutta Italia con l'augurio di rivederci a Taikai mondiale a Osaka questo agosto.

Siamo stati inoltre lieti di ospitare durante il momento di Solidarietà, l'Associazione “I Bambini di Ornella”, che porta avanti un progetto di sviluppo integrato in Senegal soprattutto nel settore dell'educazione dei bambini.

Ringraziamo ulteriormente Aosaka Sensei e Maehara Sensei che si sono gentilmente prestati per una piccola intervista che presto (tempi tecnici di traduzione) verrà pubblicata sulla Newsletter della Federazione Italiana Shorinji Kempo.

Grazie a tutti.



DIMOSTRAZIONE “LICEO MANZONI”



Mercoledì 30 Gennaio 2013 presso il liceo classico Alessandro Manzoni a Milano si è svolta una lezione di Shorinji Kempo con gli alunni dell'istituto. Durante l'anno scolastico gli alunni hanno a disposizione delle ore di autogestione in cui svolgono attività proprie di sviluppo e organizzazione. L'interesse di alcuni alunni all'apprendimento e conoscenza dello Shorinji Kempo, li ha portati a contattare il Dojo di Milano Sud Branch con la richiesta di ospitarci per una lezione dimostrativa. La lezione tenuta da Sensei Sergio Sarcinella con l'aiuto dei Kenshi Beatrice Cucumazzo e Riccardo Anghileri entrambi 2° Dan, si è svolta nella palestra della scuola liceale, dove hanno partecipato 50 ragazzi per una durata di due ore.

La prima ora di lezione è stata dedicata alla spiegazione didattica sul sistema tecnico dello Shorinji Kempo, della sua storia ed origini, per passare successivamente ad una dimostrazione tecnica e pratica.

. Nella seconda ora i Kenshi di Milano Sud hanno coinvolto i ragazzi a provare la pratica diretta facendo fare un po' di basi con pugni calci e parate (zuki e geri uke) per passare successivamente al sistema morbido di leve e immobilizzazioni, (juho) che ha riscosso negli alunni in particolare nelle ragazze molto interesse nel vedere che con piccoli movimenti si possono ottenere grandi ed entusiasmanti risultati.

Al termine della lezione gli allievi e i loro insegnanti hanno ringraziato e si sono congratulati con i Kenshi di Shorinji per la loro cortesia e disponibilità'.

La lezione si è conclusa con la foto ricordo di gruppo, con l'auspicio di potersi rivedere per condividere ancora insieme una lezione di Shorinji Kempo in armonia ed amicizia. Kesshu.



Sarcinella Sergio - B.M. Milano Sud

SEN - INIZIATIVA

Come porre se stessi sempre in vantaggio sull'avversario.

Go no Sen, disgregare il movimento dell'avversario -
Sen no Sen, scatenare la propria tecnica prima che
 l'avversario concluda la sua - *Ki no Sen*, percepire
 l'intenzione dell'avversario e anticipare qualunque
 attacco.

