

# 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.**

## DIMOSTRAZIONE K-KLASS



In data 16 gennaio è stato presentato lo Shorinji Kempo presso la discoteca K-Klass di Taverne-rio (CO).

Verso le 22.30 è cominciata la serata partendo con la visione di un breve filmato di presentazione per poi introdurre lo Shorinji Kempo come Arte Marziale e Sistema Educativo adatto a tutti.

Si è continuato poi eseguendo le tecniche di base (*Kihon*) e poi gli *Hokei* (le forme concatenate di *Kihon*), sempre in forma singola.

Successivamente sono state eseguite alcune tecniche in coppia e poi un bellissimo *Kumi Embu*.

In chiusura è stato fatto *Randori* (combattimento libero), in forma sia arbitrata sia libera con protezioni (*Do e Face-Guard*) in modo da far vedere l'applicazione reale delle tecniche. La dimostrazione ha avuto molto successo e a fine serata siamo stati riconfermati anche per il prossimo anno.



## BENEFICENZA ROMA EUR



**21/12/2014**  
**Cinecittà, Roma.**

Le feste sono alle porte: la maggior parte dei Romani sta facendo spese, comprando regali, cucinando, oziando come i famosi gatti del Colosseo.

I Kenshi di Roma Eur Branch, con la collaborazione di altri Kenshi romani, portano avanti un'iniziativa di supporto ad un progetto umanitario, che si svolge in terre lontane sia geograficamente che nello spirito. Terre in cui l'aria di festa è andata via tempo fa, e non accenna a tornare. Terre devastate da una guerra che va avanti oramai da mezzo secolo, e per questo povere di risorse.

I Kenshi si riuniscono e praticano in favore di un'idea brillante. Portare in una terra esposta ad un Sole feroce quasi tutti i giorni dell'anno, la Palestina, una fonte di energia che faccia di questo Sole una benedizione.

Vicino Gaza c'è un Ospedale costruito, gestito e mantenuto in vita da volontari.

E' una bella struttura, con macchinari avanzati ed in grado di coprire molto territorio, che però può lavorare a ritmi ridotti a causa della carenza di energia.

**Sunshine4Palestine**, la ONLUS a cui andrà il nostro supporto, si occupa di installare sul tetto dell'Ospedale un impianto fotovoltaico, energia pulita dal Sole, che sia in grado di coprire il gap energetico necessario a mantenere in attività le sale operatorie dalle 6 ore di oggi alle 24 ore necessarie.

Questo permetterebbe ai volontari di risparmiare i soldi che ora vengono spesi per il gasolio dei generatori, e all'Ospedale di curare molte più persone.

Sensei Massimiliano Rossi (4° Dan SeiKenshi) guida l'allenamento, si inizia dichiarando le nostre intenzioni alla base della pratica con il Dokun.

La concentrazione viene stabilita e mantenuta con il Chinkon-Gyo, si passa dalle basi dell'arte allo studio di tecniche avanzate, e ci si diverte a coinvolgere nel "gioco" la piccola Gaia, che muove i suoi primi passi nella disciplina.

Alla fine della giornata, la soddisfazione di un allenamento fruttuoso è spalleggiata dalla speranza di rendere il Mondo, un passo alla volta, migliore attraverso i principi di quest'arte, rafforzando la mente tanto quanto il corpo, e condividendo i nostri propositi con gli altri in amicizia, rispetto, e aiuto reciproco.

Niente di nuovo, certo, ma ripeterlo giova a sé e agli altri.

M.



## GASSHUKU COMO



Alcune immagini del Gasshuku ospitato a COMO da Italia Como Branch in novembre, con Branch Master **Rossetti Giancarlo** (foto in basso con Yuuki So) !



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

