

# Shorinji Kempo news

**Editore:** Federazione Italiana Shorinji Kempo  
**Direttore:** Brunati Mauro.

**Disegni e foto:** Federazione Italiana Shorinji Kempo  
**Tel. :** +39.338.3405882

**F.I.S.K. Web:** www.shorinjikempo.it  
**Mail:** redazione\_generale@shorinjikempo.it



## REDAZIONI

Res. Off. Stampa Sig Mauro Brunati

### Redazione Nord:

Sig.ra GAIA BUSCA

redazione\_nord@shorinjikempo.it

### Redazione Centro:

Sig.ra FRANCESCA ROSSI

redazione\_centro@shorinjikempo.it

### Redazione Sud:

Sig. ANTONIO BUCCHERI

redazione\_sud@shorinjikempo.it

## GASSHOKU NAZIONALE ITALIA 2005

Quest'anno lo Stage Nazionale Messina, in Sicilia, nei giorni La Sicilia fu il luogo, che per tanto 1992, alla lunga serie di dati dalla W.S.K.O..

Fu la città di Linguaglossa, ai gurare questo evento.

Toccò ancora a Messina nel liani e nel 1998 ancora in Sicilazzo. La bellissima città port-Messina, che si affaccia sulle ancora nel 2002 i Kenshi Itacordiamo che proprio nel 200-

di Kenshi tra italiani e stranieri per festeggiare insieme i **25 anni di Shorinji Kempo in Italia.**

Nel 2005 tocca ancora alla Sicilia e a Messina in particolare, di festeggiare un altro anniversario :

**F.I.S.K.**

**10**

le si terrà nella città di 27/28/29 Maggio 2005.

altro, diede inizio nel lon-

incontri nazionali convali-

pedi dell' Etna, ad inau-

1995 ospitare i Kenshi italia, ospiti della città di M-tuale, alla periferia di isole Eolie. Messina ospita liani e a tal proposito ri-2 ci fu un'elevata affluenza

### < La Federazione Italiana Shorinji Kempo compie 10 anni >

Per l'occasione sarà presente KANCHO SENSEI II, la figlia del nostro fondatore, per la seconda volta in visita ufficiale nel nostro paese: la prima volta è stata in udienza con sua santità il PAPA.

Il Gasshoku Nazionale sarà presieduto da Sensei Aosaka Hiroshi 8° Dan, nonché responsabile della Segreteria Generale della W.S.K.O. in Europa, e dagli istruttori Federali F.I.S.K.

Dal 1992 i nostri Gasshoku annuali sono convalidati dalla W.S.K.O., anche il Gasshoku Nazionale Italia 2005 si avvarrà del titolo Sessione di Studio, ufficialmente riconosciuta dalla W.S.K.O. . La partecipazione allo stesso, per tanto, sarà riconosciuta come tale e andrà ad arricchire i curriculum dei Kenshi partecipanti.

Nella comunicazione successiva vi invieremo dati più precisi relativi allo svolgimento dello Stage.

Ringraziandovi anticipatamente, rimaniamo a vostra completa disposizione per ogni eventuale chiarimento.

Cogliamo l'occasione per porgere i nostri più cordiali saluti.

**GASSHO**

Letizia Sculli  
Responsabile Comitato di organizzazione

## **Sommario:**

Gasshoku nazionale Italia 2005	1
Apertura Nuovo Branch	2
Gasshoku con Sanada Sensei	2
Gasshoku Comitato Centro	3
Il sogno di Hide	3
Embukai Comitato Nord	3
Shorinji on the Web	4

## APERTURA NUOVO BRANCH

Il presente numero del newsletter annuncia l'apertura di un nuovo branch di Shorinji Kempo sul territorio italiano e precisamente a Como; si è infatti costituita in Novembre 2004 la nuova Società Effettiva (Branch) denominata "Como Borghi" guidata dal neo Branch Master Sensei Vincenzo Ferreri 3° Dan Chukenshi.

Il nuovo Shibu (branch) nasce come costola del ben più "antico" e glorioso Como Branch, a cui è stato affiliato come club per un periodo di circa due anni.

La pratica si svolge presso la palestra "Millennium" in Como alla Via Anzani n. 9, consta di un numero di praticanti variabile da 15 a 20 atleti ed è inserita in un contesto di attività sportive di vario genere, dal fitness agli sport da combattimento.

A guidare il nuovo gruppo, come anti-

cipato, è il neo Sensei Vincenzo Ferreri (32 anni), che ha maturato la sua esperienza sotto la guida e gli insegnamenti di Sensei Rossetti (1° Branch Master riconosciuto in Italia per chi ancora non lo sapesse) a partire dal marzo 1989 – data di inizio della sua avventura nello Shorinji Kempo – fino a conseguire con successo il grado di 4° Dan Chukenshi, che tuttora detiene, in occasione del Taikai mondiale nel 1997 in Giappone a Tokio.

Con la fondazione di "Como Borghi" Branch la F.I.S.K. porta a 18 il numero complessivo di Società Effettive operanti sul territorio nazionale, pertanto salutiamo con piacere tale evento e contemporaneamente auguriamo al nuovo Branch Master e al suo gruppo di proseguire in questa avventura con entusiasmo ancora maggiore, se

possibile, rispetto a quello finora profuso.



Il gruppo del "neo" Branch

## GASSHOKU CON SANADA SENSEI

Sabato 6 novembre, a Como, s'è tenuta una lezione da parte di Sanada Sensei, 7° Dan, insegnante specializzato nella pratica di Kumi Embu e, proprio questo era il tema dell'incontro. Hanno partecipato circa 60 praticanti, appartenenti al Comitato Regionale Nord Italia: Como, che ci ha ospitato, Milano, Lario, Casale Monferrato, Cadorago e Milano Sud Branch. Oltre a Sanada Sensei erano presenti altri due suoi assistenti Kenshi giapponesi (di cui una era una donna); traduttrice dell'evento era la Signora ONO, 1° Dan di Milano Sud Branch.

L'incontro si è aperto con un ringraziamento reciproco da parte del presidente della FISK a Sanada Sensei, con uno scambio simbolico di doni.

L'opportunità di imparare da un Sensei giapponese non capita tutti i giorni: di grande interesse era sicuramente il sentimento che pervadeva tutti i presenti. Punto chiave dell'allenamento era la costruzione di un Kumi Embu, la cui struttura prevede sei sequenze di tecniche, della durata di un minuto e mezzo/due ciascuno.

Ogni sequenza deve essere divisa nei suoi momenti fondamentali: guardie (gamae), attacchi, la tecnica che viene eseguita, eventuali proiezioni, cadute e

come si termina la tecnica in gatame. Nel Kumi embu inoltre è molto importante il ritmo dell'esecuzione, che ovviamente deve essere fluido e costante. Tutte queste informazioni erano da riportare su una tabella, per semplificare la performance, in seguito all'osservazione diretta del Kumi Embu di Sanada Sensei in coppia con un suo allievo.

Tutti hanno approfittato degli insegnamenti, anche se in modo diverso secondo il grado di conoscenze pratiche: per i bambini, l'occasione era un pretesto per praticare divertendosi più che per imparare realmente le tecniche, anche se in ogni caso quello che hanno visto sarà loro utile in futuro, se continueranno su questa via.

Un discorso simile si può fare anche per i Kyu Kenshi, che hanno avuto l'occasione di praticare meglio i fondamentali piuttosto che di apprendere tecniche nuove, anche se ovviamente gli insegnamenti di Sanada Sensei sono stati molto utili.

Diciamo che quelli che hanno potuto mettersi realmente in gioco ed apprendere maggiori conoscenze, sono stati i Dan Kenshi, che hanno sfruttato tutte le potenzialità delle loro basi.

E' stata un'ottima opportunità per migliorare attraverso una lezione che, seppur inusuale, ha stupito tutti i partecipanti chiarendo un argomento di interesse comune e fondamentale per l'apprendimento della nostra disciplina.

Con la speranza di trovare più Kenshi al prossimo incontro, vi auguro di continuare a praticare con impegno e determinazione.

Jessica, Milano Sud Branch.

## Stage di Ottobre Comitato Centro Italia

Il 17 Ottobre scorso, il Comitato Centro Italia ha aperto le danze degli allenamenti domenicali, ospitando nel quartiere Fonte Meravigliosa (zona Eur) il Gasshoku Interregionale. Come sempre i kenshi hanno partecipato numerosi: 59 da Roma Branch, 18 da Roma Eur, 15 da Roma Est, 15 da Roma Sud, 8 da L'aquila Branch, 8 da Firenze Branch; Totale partecipanti 121!

Cirillo Sensei, incaricato con il suo Branch -Roma Sud- di organizzare l'evento ha incentrato l'allenamento sul tema "randori". I kenshi sia veterani sia non, muniti di guantini, caschi protettivi, hanno coraggiosamente affrontato il duro tema. Dopo un breve riscaldamento e dei khion per tutti l'allenamento è proseguito divisi per grado: Dan kenshi, kyu kenshi (dal 3 al 1 kyu), 4 e 5 kyu con i minarai kenshi. Ciascun gruppo ha applicato il metodo di approccio al randori: foca-

lizzazione e attacco del bersaglio, ricerca della distanza, esercizi per l'attacco, il contrattacco e la difesa. Dopo il rifornimento di acqua sempre divisi per grado i kenshi hanno applicato quanto visto preliminarmente nei Goho e Juho randori.



Non poteva mancare a completamento dell'allenamento la riflessione filosofica sul tema randori: il suo studio ci dà la possibilità di allenare i 5 elementi di atemi, Shu Shu Ko Ju, Fusatsu Katsujin e Kumite Shutai. Nello

Shorinji Kempo il randori è il metodo di allenamento per applicare Khion e Hokei. Allenare randori ci dà la possibilità di far pratica di reazione con un avversario in una situazione che si avvicina il più possibile al reale. Le protezioni ci aiutano ad applicare realmente l'efficacia degli atemi e dei principi delle tecniche senza arrecare danno agli altri.

Questo allenamento è servito sicuramente ad avvicinare i kenshi al randori, interpretandolo come un allenamento che perfettamente si integra con lo studio delle basi, degli Hokei e degli Embu.

Sensei intervenuti: Previti Sensei, Rossi Sensei, Cirillo Sensei, Vinci Sensei, Girolami Sensei

Ospite del giorno: Carugati Sensei Presidente della Federazione Italiana Shorinji Kempo

## Il sogno di Hide

Oramai da qualche tempo Roma Branch ospita con piacere un kenshi giapponese che ogni tanto viene a Roma a stare qualche giorno. L'ultima volta è venuto ad Ottobre e in quell'occasione ci siamo fatti raccontare alcune cose di lui.

Si chiama Hidetoshi Nagasawa, ha 34 anni e pratica lo Shorinji Kempo dall'età di sette. Abita ad Atsugi Doin nella provincia di Kanagawa. Da piccolo decide di praticare un'arte marziale che potesse rinforzare il suo fisico spesso ammalato e debole: ed ecco che lo Shorinji Kempo entra nella sua vita. Ma lo Shorinji Kempo gli ha da-

to molto più del vigore fisico. L'allenamento in coppia gli ha permesso di conoscere tante persone e di farsi tanti amici. Gli incontri internazionali gli hanno premesso di ampliare le sue conoscenze oltre il Giappone. "...lo Shorinji Kempo è senza frontiere" così lo definisce Hide. Appena può e ha la possibilità parte per l'Italia a trovare lo zio ed aiutarlo nella gestione del suo negozio di scarpe a Roma e con l'occasione viene a trovare i suoi amici romani.

Il suo sogno nel cassetto: imparare bene la lingua per poter insegnare Shorinji Kempo ai bambini italiani "...

*i bambini sono il futuro del mondo".* Hide ha tanta strada da fare per realizzare il suo sogno ma lo spirito è quello giusto: è lo spirito di Gyo.



## Embukai Comitato Nord

Il 6 Febbraio, presso il palazzetto sportivo di Villaguardia a Como, si è svolta la prima selezione di Embukai del Comitato interregionale Nord Italia. La manifestazione è stata curata da Como Branch, che ci ha ospitati.

Dopo gli esami per i passaggi di grado, iniziati alle ore 08.30, si sono svolti gli Embukai, su due quadrati: uno per la categoria Kyukenshi e Femminile ed una per le categorie Primi Dan e Secondi Dan e superiori.

I primi classificati per le varie categorie sono stati: **categoria fino a 3° Kyu** 1° classificati Barbera Alessandro-Pusceddu

Antonio (Milano Sud Branch) 2° classificati Pellecchia Stefano-Graziani Lorenzo (Milano Sud Branch) 3° classificati Furlani Scilla-Leonardo (Milano Sud Branch); **categoria 1°-2° Kyu** 1° classificati Busca Gaia-Luè Nicola (Milano Branch) 2° classificati Scarlata Mario-Brivio Alessio (Como Borghi Branch) 3° classificati Veneziani Mirko e Boscarino Emanuel (Casale Branch); **Categoria Femminile Kyu** Guarino Manuela-Rossi Elena (Casale Branch); **Categoria 1° Dan** 1° classificati Piron Marco-Longo Emanuele (Milano Sud Branch) 2° classificati Anghileri Riccardo-Negri Davide (Milano

Sud Branch) 3° classificati Di Benedetto Filippo-Gobbi Danilo (Como Branch); **Categoria 2° Dan e sup.** 1° classificati Incerti Davide-Mauceri Anna (Cadorago e Como Branch) 2° classificati Posa Marco-Rossi Cinzia (Como Branch) 3° classificati Pisanello Leandro-Ono Junko (Milano Sud Branch).

Al termine verso le 12.30 ci sono state le premiazioni dei vincitori e gli elogi a tutti i partecipanti, esortati da Sensei Carugati, presidente della F.I.S.K. a partecipare sempre più numerosi e con sempre miglior entusiasmo.

Mauro Brunati

Febbraio 2005 Anno 3. Numero 1  
Tutte le fotografie e i loghi sono di  
proprietà dei Comitati Interregionali e  
della F.I.S.K.

Se qualcuno avesse suggerimenti, articoli o volesse  
partecipare con foto, inserzioni può contattare le  
redazioni di competenza oppure inviare una mail alle  
stesse.



Premiazione Embukai Comitato Nord

[WWW.shorinjikempo.it](http://WWW.shorinjikempo.it)

*“Non ho mai pensato di poter essere in  
grado di praticare una qualsiasi arte mar-  
ziale, anche se magari fosse così vecchia  
da non essere più nota in Cina. A quel  
tempo stavo già praticandola, perché mi  
piaceva, rispettava il mio insegnante che  
era il mio maestro e mi rendevo conto  
che il solo modo per creare una società  
ideale era quello di cambiare gli esseri u-  
mani.”*

*So Doshin*

## Shorinji on the Web

Gassho.

Benritrovati. Spero che siate tutti in  
buona salute sia fisica che spirituale  
(se no che facciamo Shorinji Kempo a  
fare??. J).....

In questa nuova puntata torniamo in  
America, precisamente in California,  
a Hollywood.

Il branch Master di questo Dojo è Ku-  
ramoto Toshio Sensei, 6° Dan, Jun-  
hanshi, praticante da oltre 35 anni.

Questo sito Internet ([www.shorinjikempohollywood.com](http://www.shorinjikempohollywood.com)) è stato  
recentemente rifatto, quindi nel mo-  
mento in cui scrivo molte parti, tra cui  
la galleria fotografica, risultano anco-  
ra in fase di costruzione. Nel comples-  
so risulta abbastanza completo, la sto-  
ria dello Shorinji Kempo, il sistema  
tecnico, le info sul Branch e i contatti  
per chi vuole cominciare la pratica  
oppure avere semplici informazioni.  
La linea internet usata è abbastanza  
veloce quindi anche chi ha un modem  
“normale” a 56k non deve attendere  
ore per visualizzarlo.

Una cosa in cui mi sono trovato sco-

modo è la navigazione, le pagine sono  
rinchiuse in un riquadro che a mio  
giudizio è piccolo, rispetto anche alle  
foto che contiene, troppo grandi e sbi-  
lanciate, rubando spazio prezioso al  
testo.

Vorrei ricordarvi inoltre che Internet  
ci mette in contatto gli uni con gli altri  
anche a grande distanza attraverso  
pagine web oppure attraverso la posta  
elettronica. Allego gli indirizzi Inter-  
net utili per chiunque voglia mettersi  
in contatto con lo staff oppure voglia  
sapere di più sullo Shorinji Kempo e  
su chi vuole rimanere sempre aggiorn-  
ato:

Siti Internet: F.I.S.K. – Federazione  
Italiana Shorinji Kempo:

[www.shorinjikempo.it](http://www.shorinjikempo.it)

World Shorinji Kempo Organization:

[www.wsko.econ-net.or.jp](http://www.wsko.econ-net.or.jp)

Shorinji Kempo Federation Giappone-  
se:

[www.shorinjikempo.or.jp](http://www.shorinjikempo.or.jp)

E-mail: Redazione Nord Italia:

[redazione\\_nord@shorinjikempo.it](mailto:redazione_nord@shorinjikempo.it)

Potete scrivere anche al sottoscritto  
per qualsiasi cosa mettendo  
nell’oggetto della mail “Shorinji  
Kempo Info” o qualcosa di simile in  
quanto già per lavoro ricevo un sacco  
di posta e così facendo vi leggo prima  
degli altri.

[giacomo@netpolaris.it](mailto:giacomo@netpolaris.it)

That’s all folks, stay tuned ;-)

Casalnovato Giacomo, 1° Dan - Cado-  
rago Branch