

SHORINJI KEMPO NEWS

Shorinji Kempo Newsletter: Pubblicazione Bimestrale

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

Direttore: Casalnovi Giacomo

E-mail: redazione_generale@shorinjikempo.it

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

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



SHORINJI KEMPO
少林寺拳法

Arte Marziale e Sistema Educativo. Per Tutti.

GASSHUKU a SARONNO (VA)

Domenica 24 Maggio si è svolto il quarto Gasshuku della stagione 2014/2015. Organizzato da Saronno Branch nella palestra Aldo Moro di Saronno, alla presenza di un buon numero di Kenshi e numerosi Branch Master. Dopo l'apertura della manifestazione al suono del *taiko* si sono susseguiti Kihon (basi) – Hokey sia in forma singola che di gruppo; la seconda parte dell'allenamento è stato guidato da Sensei Carugati 6° Dan Junkanshi sullo studio dello *Shaku-jo*. Nonostante non esista al momento niente di codificato per addestramento dello *Shaku-jo* sotto esperta guida di Sensei Carugati allenamento è stato estremamente interessante, partendo dai più semplici movimenti tutti i Kenshi presenti con grande entusiasmo hanno potuto provare alcune tecniche eseguite sia singolarmente che in coppia.

Ringraziando tutti i Branch Master presenti e i Kenshi, si da appuntamento al "Summer Camp" del 4 Luglio a Cernobbio.

Sala Raffaele (Saronno Branch)



GASSHUKU INTERREGIONALE SUD ITALIA



Più di 100 Kenshi (atleti) si sono riuniti Domenica 21 Giugno 2015 presso il Palasanfilippo di Messina in occasione del 5° Stage Interregionale organizzato dal Comitato Sud Italia della F.I.S.K. (Federazione Italiana Shorinji Kempo), penultimo appuntamento della stagione che si concluderà con la sessione estiva di esami a *Kyu* e *Dan* Kenshi.

Per l'occasione erano presenti gli istruttori Federali: Sensei Maurizio Carugati 6° Dan, Presidente della FISK;

Sensei Riccardo Marchetti 6° Dan, Vice Presidente FISK e Sensei Rosario Previti 6° Dan, Segretario Generale FISK, che assistiti dai Branch Master del Comitato Sud hanno diretto questo speciale incontro incentrato sull'applicazione pratica delle molteplici tecniche dello Shorinji Kempo.

Sensei Previti e Marchetti si sono dedicati rispettivamente uno all'applicazione dei movimenti di base e l'altro alle forme di Hokei singole e in coppia, Sensei Carugati ha sottolineato l'importanza dell'applicazione degli elementi di *atemi* e quindi dello studio del particolare tecnico per una costante e continua crescita.

Sensei Rosario Previti ha concluso l'incontro discutendo sul sistema organizzativo mondiale dello Shorinji Kempo e sul metodo corretto dello studio della disciplina sia sotto l'aspetto tecnico che filosofico.

Con l'arrivo dell'estate non si conclude la stagione dello Shorinji Kempo Italiano, infatti molti praticanti saranno impegnati al fine di preparare al meglio l'importante appuntamento Europeo che si svolgerà nella città di Lisbona in Portogallo nei primi giorni di Ottobre. In chiusura è stata consegnata ufficialmente la nuova nomina a Branch Master a Marco Marchetti 4° Dan, nuovo responsabile di Messina Est Branch.



Antonello Bertuccelli
Messina Nord Branch Master



TAIKAI 2015 “NORD ITALIA”



Domenica 19 Aprile nella palestra di Cassina Rizzardi, ai rimbombi del Taiko suonato da Sensei Carugati Maurizio 6° Dan e Presidente della Federazione Italiana Shorinji Kempo si è aperto il Taikai 2015 organizzato dalla federazione Italiana Shorinji Kempo comitato Nord.

Dopo apertura ufficiale della manifestazione con un breve riscaldamento di gruppo e un momento di **Chinkon-Gyo**. I numerosi

Kenshi partecipanti provenienti dai Branch del comitato Nord hanno fatto risuonare nella palestra i loro **Kiai** e mostrato al folto pubblico presente un ottimo susseguirsi di tecni-

che. Tutte e tre le specialità in gara: Kumi-Embu Tanen (forme singole) – Kumi-Embu Sotai (forme a coppia)- Randori un'yoho (combattimento libero) sono valutate da 5 giudici posti di fronte e agli angoli del tatami.

Nonostante il livello generale sia in continua evoluzione l'entusiasmo non è mancato, ci si augura una sempre maggiore partecipazione e un livello tecnico in continuo aumento per migliorare se stessi e dare alla società il meglio che lo Shorinji Kempo può offrire.

Come ultimo atto del Taikai un gruppo di Dankenshi, guidati da Sensei Carugati hanno eseguito una dimostrazione di Dantai-Embu. Al termine del *Taikai* gli atleti autori delle migliori prestazioni sono stati premiati dal sindaco di Cassina Rizzardi Paolo de Cecchi, dal vice sindaco Ivo Bellù e dall'assessore all'urbanistica Monica Novati.



Nonostante il livello generale sia in continua evoluzione l'entusiasmo non è mancato, ci si augura una sempre maggiore partecipazione e un livello tecnico in continuo aumento per migliorare se stessi e dare alla società il meglio che lo Shorinji Kempo può offrire.

Cogliamo l'occasione per ringraziarli per della sempre gradita partecipazione ai nostri eventi e della disponibilità del Comune di Cassina Rizzardi per l'uso dell'ottima struttura sportiva .

*Sala Raffaele
Saronno Branch*



Dieci anni di Shorinji Kempo a Cassina Rizzardi



Il 13 Dicembre 2014 si è svolta la manifestazione per festeggiare il decimo anno di presenza dello Shorinji Kempo a **Cassina Rizzardi**. La celebrazione svoltasi nella palestra comunale ha suscitato l'attenzione non solo degli abitanti di Cassina Rizzardi ma anche della popolazione dei comuni vicini.

Per festeggiare sono intervenuti anche alcuni rappresentanti dei Branch del comitato del Nord Italia, tra cui: Italia Como, Milano, Lario, Saronno e Erba.

La manifestazione si è aperta con il saluto di tutti i *Kenshi*, seguito da un momento di meditazione e raccoglimento, nel quale gli atleti trovano forza e concentrazione (*Seiku*).

Alla cerimonia d'inizio è intervenuto il Sindaco Paolo De Cecchi che ha ricevuto dal *Sensei* Cominardi Giuliano (5° Dan) e dal sig. Riva Danilo (3° Dan) una targa quale riconoscimento per l'impegno dimostrato nel sostenere questa disciplina marziale nel comune. Il primo cittadino dopo aver ringraziato si è rivolto sorridendo ai *Kenshi* del gruppo dei più piccoli, ricordando loro che questa pratica marziale serve per difendersi e non per altri scopi meno nobili.

Lo stupore delle persone accorse si è rivelato sin dall'inizio delle dimostrazioni. Proprio per dimostrare l'utilità della difesa personale, sono state simulate diverse aggressioni a carico di una donna (*dan kenshi*) in abiti civili. Il "povero" aggressore dopo essere stato reso inoffensivo, grazie al sapiente uso delle tecniche di Shorinji Kempo, è stato legato ed immobilizzato con un foulard fideatevi, nessuno vorrebbe mai trovarsi in quella situazione. I *kenshi* dei Branch ospiti si sono alternati sul tatami mostrando due tipi di applicazioni diverse delle tecniche apprese: l'*embu*, successione di tecniche prestabilite in cui si ha l'alternanza di chi attacca e chi difende, e il *randori* dove viene mostrato il reale utilizzo delle tecniche difensive e di attacco. Per rendere i colpi reali, i *Kenshi* di Shorinji Kempo si avvalgono dell'utilizzo di protezioni per il viso e per l'addome. Gli ultimi a mostrare le proprie abilità sono stati gli allievi del Branch di Cassina Rizzardi. Per primi sono scesi in campo i bambini (dai 5 ai 12 anni) che hanno dimostrato le basi delle tecniche applicate sia singolarmente che in coppia, successivamente il gruppo degli adulti (dai 13 anni in su) ha mostrato come alcune tecniche possano essere utilizzate sia per liberarsi da una presa oppure per rendere inoffensivo l'aggressore sottomettendolo mediante l'uso di leve. Infine Cominardi *Sensei* ha concluso le dimostrazioni presentando tecniche di livello avanzato, evidenziando che lo Shorinji Kempo è una complessa disciplina che richiede costante allenamento e studio per poter migliorare e crescere.

La serata si è poi conclusa con un rinfresco offerto dal Branch di Cassina Rizzardi al quale hanno contribuito anche i genitori dei bambini con dolci e manicaretti fatti in casa. Durante il buffet, il pubblico presente ha potuto chiedere maggiori informazioni riguardanti la pratica dello Shorinji Kempo.

Con l'inizio del nuovo anno sono ripresi gli allenamenti presso la palestra comunale di Cassina Rizzardi.



© - 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.

