

# 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



**SHORINJIKEMPO**

## REDAZIONI

Res. Uff. 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.ra LETIZIA SCULLI

redazione\_sud@shorinjikempo.it

## Diario del "Solito" viaggio in Germania

Augsburg, Germania, 8 Luglio 2006, la Federazione Tedesca di Shorinji Kempo ha svolto il suo Gasshuku nazionale. Ospite d'eccezione, nonostante non fosse un evento ufficiale, AOsaka Sensei, WSKO Board Director e WSKO Official Instructor, Shorinji Kempo European Office General Secretary, Chief Instructor of the French Shorinji Kempo Federation, Paris Branch Master e La Clef Branch Master che noi Italiani ben conosciamo essendo sempre gradito ospite dei nostri Gasshuku.

L'organizzazione prevedeva una giornata di allenamento intenso per tutti i praticanti dei branch tedeschi. Attualmente 6 branch formano la Federazione, ed un nuovo sito di pratica è stato aperto a Berlino sotto la supervisione di Wunderle Sensei 6° Dan e WSKO Councilors e WSKO Instructor nonché presidente della Federazione Tedesca di Shorinji Kempo.

Fatte le dovute introduzioni non mi resta che raccontare come un normale viaggio per uno stage di Shorinji Kempo si trasforma oramai da 10 anni a questa parte, in un'esperienza umana importante e carica amicizia tra persone che hanno in comune la semplice passione per questa arte che pratichiamo.

Siamo partiti da Roma in treno viaggiando di notte proprio per guadagnare tempo da trascorrere con i nostri amici, ad accoglierci al nostro arrivo Manfred Birling, persona che ha fatto da punto di contatto nel lontano 1995. Sorridente come sempre ci ha accompagnato per un breve giro di Augsburg, città a circa 40

minuti di treno dalla più famosa Monaco di Baviera. Augsburg oltre ad essere una delle città dell'Impero Romano, allora chiamata Augusta, ha diversi monumenti e posti degni di essere visitati, quali il quartiere di Fugger e uno splendido giardino giapponese, oltre a torri, chiese e piazze.

Dopo una sosta pomeridiana in albergo a Konigsbruun è partito il giro serale che ci ha visto ancora una volta visitare le vie di Augsburg accompagnate da Ulriche, simpaticissima moglie di Christian Pika altro storico nostro contatto fin dal 1995, e da Nicole figlia di Hannes Dietrich altra persona che oramai da anni ci onora con la sua incredibile ospitalità e disponibilità. Dopo aver preso qualche cosa da bere abbiamo raggiunto alcuni kenshi nel famoso pub "L'Etage". Famoso perché i kenshi tedeschi vi si incontrano spessissimo dopo l'allenamento per finire la serata in allegria e birra. Per i più "vecchi" kenshi romani è l'equivalente del pub "Henry Cow". Il sabato mattina è iniziato il gasshuku che vedeva la partecipazione di tutti i Branch tedeschi, compreso il gruppo di Berlino, distante circa 700 km agli ospiti, quindi noi e un gruppo di Svizzeri guidati da Stebler Sensei e Marcello Iacazzi. L'allenamento è durato tutto il giorno guidato da un inesauribile Wunderle Sensei. La sera, nonostante vi fosse la finale per il 3° e 4° tra Germania e Portogallo, abbiamo cenato in gruppo con la compagnia di AOsaka Sensei in un grazioso ristorante. La serata si è chiusa a notte inoltrata con il clas-

sico giro dei pub in cui si è bevuto birra e si è festeggiato la vittoria del 3° posto della Germania.

La domenica è iniziata con un simpatico invito a colazione da parte della famiglia Dietrich, dove tra birra, eh si in Germania si usa a qualsiasi ora, e dell'ottima carne con salse a base di senape abbiamo trascorso un'allegra mattinata, con anche la compagnia di Marcello Iacazzi e sua moglie Kristine. Il pomeriggio con Manfred la moglie Andrea e le due figlie Luisa e Sina, trasportati da Ralph, un altro dei simpaticissimi e disponibili kenshi abbiamo visitato Mindelheim in cui ogni tre anni si organizzano delle sfilate in costume del periodo medioevale. A questa manifestazione partecipano centinaia di comparse, che mostrando spaccati di vita antica riportano indietro nel tempo i visitatori. Il tempo come al solito, quando ci si diverte in buona compagnia scorre rapido, quindi di corsa al treno per Monaco e poi da lì verso Roma, unica gioia di un triste viaggio di rientro la vittoria dell'Italia ai mondiali.

Il nostro "Solito" viaggio è andato come sempre benissimo e non posso esprimere i miei più sentiti ringraziamenti a Wunderle Sensei che con una gentilezza ed un'ospitalità ineccepibili ci ha accolto straordinariamente, rinnovando a Lui e a tutti i suoi kenshi l'invito a visitare Roma e l'Italia.

**Anonimo**  
**Roma Eur Branch**

### Sommario:

Diario di un viaggio....	1
TAIKAI Comitato Sud Italia	2
Come 2006: festa finale	2
Allenamento "Casalese"	3
Kenshi Italiani in Giappone	3
Centro Diurno Disabili	3
Larriofiere 2006	4
Esami 22 Luglio	4

## TAIKAI REGIONALE 23 APRILE 2006 COMITATO SUD ITALIA

Questo nuovo incontro ha visto numerosi Kenshi misurarsi con i Kumi Embu, gli Embu Tanen e i Randori. L'incontro è stato organizzato dalla Messina Branch del neo Presidente Sensei Marchetti.

Dopo un adeguata selezione abbiamo scelto i Kenshi dei vari Branch del Sud Italia : Messina Branch, Messina Nord, Messina Calispera, Torrenova, Palermo e tutte le società aggregate. La preparazione è stata davvero minuziosa in quanto ci siamo adeguati alle novità che da poco la W.S.K.O. ha introdotto; come l'Embu Tanen e il Randori. Molta gente sugli spalti si è appassionata a vedere queste nuove forme di competizione, oltre a quella classica di Embu Sotai. Lo Stage è iniziato alla solita ora mattutina ed è stato inaugurato in modo brillante da uno dei nostri Kenshi più anziani, D'Arrigo Giovanni 3° Dan, che ha eseguito un "Kono Embu" (Embu inaugurale). I Kenshi si sono impegnati al massimo, ognuno nella loro specialità, in vista della qualificazione alle finali Nazionali del 28 maggio. Tutti ci hanno regalato momenti intensi e spettacolari. Questi i risultati della manifestazione:

KYU EMBU TANEN

1° Comunale Clarissa (Messina Branch ); 2° Bertuccio Bruno (Messina Branch ); 3° Nunnari Salvatore (Messina Nord); 4° Romeo Antonio (Messina Nord) e Caudullo Christian (Messina Branch );

EMBU SOTAI

1° Acari M. – Ieni F. (Messina Branch ); 2° Butta' A. – Santoro D. (Messina Nord ); 3° Cacopardi M. – Cacopardi A. (Messina Branch ); 4° Arena D. – Ingemmi L. (Messina Branch );

DAN EMBU TANEN

1° Di Novo G. (Calispera); 2° Femminò A. (Messina Branch ); 3° Imbesi C. (Messina Branch ); 4° Battaglia T. (Calispera) e Fleri R. (Messina Nord );

EMBU SOTAI

1° Di Novo G. – Forestieri F. (Calispera); 2° Fazio M. – Marchetti M. (Messina Branch ); 3° Gugliandolo M. – Munaò F. (Messina Branch ); 4° Battaglia T. – Cannata R. (Calispera -Messina Nord );

RANDORI

1° Donato F. – Imbesi C. (Messina Branch ); 2° Ingemmi R. – Visalli R. (Messina Branch ); 3° D'angelo G. – Sidoti A. (Messina Branch ); 4° Battaglia T. – Forestieri F. (Calispera);

Sculli Letizia



Un momento della festa a COMO dopo il Taikai nazionale. Allegria per tutti.

### Como 2006: festa finale ad alto tasso di divertimento

Como 2006 si è riunito la F.I.S.K., per il consueto appuntamento nazionale dello Shorinji Kempo italiano. Il popolo dello Shorinji Kempo, considerando la grande disciplina e pazienza, supera ogni sorta di ostacolo che quest'anno a messo a dura prova i partecipanti, ma la grande educazione e spirito di corporazione ma soprattutto di adattamento a fatto si che tutto l'evento funzionasse come spero il comitato di organizzazione si fosse immaginato! Tutta la tensione accumulata e la fatica degli allenamenti, dei pullman del Catering ect. si è naturalmente liberata con 10 minuti di super divertimento al party

di chiusura del Gasshoku 2006.

Complice una magnifica serata in riva al lago di Como e un fine vino bianco servito senza risparmio, si è dato sfogo ad ilarità e freddure, che non hanno risparmiato nessuno, ma le risate e l'armonia che si sono generate accendendo una energia ed una armonia di gruppo che non si vedeva da anni.

Il reportage che ne è scaturito ne è testimone.

Molte delle immagini non possono essere pubblicate, ma rientrano nell'incendiaria energia scatenatasi. La profondità dell'insegnamento dello Shorinji Kempo tende a creare

l'amicizia e la cooperazione; Domenica sera a Como si è visto un sol gruppo di kenshi-amici che si sono rilassati e divertiti, portando per sempre dentro il proprio cuore una perfetta serata di primavera in riva al lago di Como

Antonio Buccheri ( )

## Allenamento CASALE MONFERRATO

Sabato 8 luglio scorso si è tenuta presso la Palestra Yudanshakai di Via Rosselli una seduta straordinaria di allenamento condotta da Sensei Carugati Maurizio, 5° Dan Dai Kenshi, Branch Master di Milano e Vice Presidente della Federazione Italiana Shorinji Kempo coadiuvato da Sensei Cominardi Giuliano, 4° Dan Sei Kenshi, Branch Master di Cassina Rizzardi (CO) e Consigliere Federale S.K. La lezione, articolata e completa nel suo svolgimento è stata particolarmente apprezzata dai Kenshi casalesi che vi hanno preso parte e che hanno sfruttato al meglio l'opportunità di imparare da due dei massimi esponenti nazionali di questa disciplina. Si è iniziato con la pratica di Taiso (riscaldamento muscolare) condotto direttamente da Sensei Carugati, per passare poi al Cinkon (meditazione

durante la quale si recitano gli insegnamenti del Dokun) condotto da Sensei Pugno Enzo, 3° Dan e Branch Master di Casale Monferrato. Successivamente si è passato all'esecuzione dei Khion e Hokey (Tecniche di base) con l'approfondimento di Sensei Carugati che ha posto l'attenzione sulla cura dei dettagli e con la combinazione di alcune tecniche si è arrivati a formare un mini Kumi Embu Tanen. Successivamente l'allenamento ha previsto l'esecuzione del Randori (applicazione delle tecniche in un combattimento reale a coppie), durante il quale Carugati sensei ribadiva l'importanza dei 5 elementi dell'Atemi, alternando esecuzioni pratiche a discussioni teoriche, fermandosi soprattutto nell'analisi di Kyo e Jitsu ovvero tempismo e concentra-

zione.

Nel complesso l'allenamento è stato particolarmente apprezzato dai kenshi Casalesi che si augurano che tale esperienza possa essere replicata quanto prima o addirittura possa divenire un appuntamento fisso per approfondire la conoscenza dello Shorinji Kempo.

Nella foto (non pubblicata n.d.d.) i partecipanti alla seduta di allenamento in piedi da sinistra a destra: Cavallo Augusto, Pedrola Roberto, Moretto Saimon, Currà Cedric, Mascarino Marco, Giorcelli Massimo, in basso: Genovesi Claudio, Sensei Pugno Enzo, Sensei Cominardi Giuliano, Sensei Carugati Maurizio, Marchisio Paolo e Celestino Benedetto.

## Kenshi italiani in Giappone

Dal 23 al 26 Agosto, presso la sede centrale di Tadotsu si è tenuta una sessione di allenamento, nell'ambito dei Training Camp che periodicamente vengono organizzati presso l'Hombu Dojo, ([www.shorinjikempo.or.jp/wsko](http://www.shorinjikempo.or.jp/wsko)). La sessione di studio ha registrato la partecipazione di oltre 290 atleti tra cui 2 finlandesi e ben 7 kenshi italiani (Sensei Maurizio Carugati - Milano Branch Master; Sensei Enzo Pugno - Casale Monferrato Branch Master; Fabio Paracchini - Cassina Rizzardi Branch, Francesco Mancuso, Giacomo Casanova, Gianni Lambrughini - Cadorago Branch e Yuriko Arakawa - Pavia Branch). Ogni giornata di allenamento è iniziata con il Chinkon alle 8.45 e conclusa alle

18.00 con il Samu. Durante gli allenamenti è stato approfondito, sotto la supervisione di istruttori WSKO, lo studio delle tecniche per i vari programmi; particolare attenzione è stata data allo studio delle linee di sbilanciamento da utilizzare nell'esecuzione delle tecniche di ju-ho e alle corrette modalità di arbitraggio del randori. Mentre i kenshi giapponesi hanno approfondito gli studi di filosofia, per i kenshi stranieri sono state organizzate delle sessioni speciali di allenamento. Durante una di queste è stato possibile allenarsi presso l'Hombu Doin, la prima palestra di Kaiso, il tutto sotto la supervisione di So Sensei (foto allegata). Il Training Camp si è concluso con la di-

mostrazione di Kumi Embu e Randori eseguiti dagli istruttori WSKO e con giuldariche dimostrazioni cantate degli studenti universitari giapponesi. La sessione di studio è stata un'opportunità di apprendimento tecnico, ma soprattutto un'occasione per stabilire nuove amicizie che porteranno una numerosa delegazione giapponese al Gasshuku Europeo che si svolgerà in Italia nel 2007.

FM

## Centro Diurno Disabili

Si è svolta una dimostrazione di Shorinji Kempo al Centro Diurno Disabili, facente parte del Consorzio "Impegno Sociale", alla quale hanno partecipato come spettatori l'onorevole sig. Tagliabue, il sindaco di Cassina sig. Cattaneo, la responsabile sig.ra Laura Sampietro e i frequentatori del centro che erano presenti. La dimostrazione è stata diretta da sensei Cominardi Giuliano che ha cercato di mostrare le pratiche base dello Sho-

rinji nel poco tempo datogli a disposizione. La scaletta della dimostrazione ha avuto nell'ordine: una introduzione a cosa è e cosa fa lo Shorinji Kempo data da Danilo Riva come commentatore, un riscaldamento con Tenchinken, sgombrati i tatami si è dato spazio al primo Kumi Embu eseguito da Francesco Mancuso e Giacomo Casanova, un randori dove Sensei Cominardi ha arbitrato Saimon Moretto e Roberto Pedrola, un secondo

Kumi Embu di Raffaele Sala e Gianni Lambrughini, per concludere con la dimostrazione di alcune tecniche mostrate da Sensei Cominardi con l'aiuto di Roberto Pedrola, saluto finale. La conclusione dell'incontro ha visto i ringraziamenti delle personalità presenti e da un rinfresco.

Agosto 2006 Anno 4. Numero 4  
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.



Da diario di un viaggio, "Germania 2006"

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

**Relazione sulla sessione di esami di Sabato 22 Luglio 2006 Ore 10.00 – 12.00 Palestra  
Comunale di Luisago**

**Esami per 5° kyu: esaminatore Posa Marco  
Casale Monferrato branch**

Sbarato Marco: report 78 - tecniche 91  
Marchisio Alice: report 80 – tecniche 85  
Scandurra Alessandro: report 80 – tecniche 86,4  
Antognozzi Marco: report 80 – tecniche 82,8

**Esami per 4° kyu: esaminatore Pedrola Roberto  
Casale Monferrato branch**

Mascarino Marco: report 74 – tecniche 82  
**Milano branch**  
Gemma Marco: report \_\_\_\_ - tecniche 83

**Como Borghi branch**  
Giardiello Mirko: report 76 – tecniche 78

**Esami per 2° kyu: esaminatore Posa Marco  
Casale Monferrato branch**

Di Motta Carmelo: report 80 – tecniche 90

**Esami per 1° kyu: esaminatore sensei Pisanello Leandro  
Milano Sud branch**

Cuoccio Luca: report 77 – tecniche 78,9  
**Milano branch**

Galletta Angelo: report 79 – tecniche 77,4  
**Casale Monferrato branch**

Oderio Riccardo: report 75 – 78  
**Como Borghi branch**

Guarisco Irene: report 76 – tecniche 79  
Monchiero Alessandro: report 78 – tecniche 79

**Esami per 1° dan: esaminatore sensei Brunati Mauro  
Como Borghi branch**

Lupano Chiara: report 82 – tecniche 77 – orale 75  
Scarlata Mario: report 74 – tecniche 78 – orale 76

**Milano Sud branch**

Corsini Alessandro: report 80 – tecniche 80 – orale 80  
Cucumazzo Beatrice: report 82 – tecniche 77 – orale 75

Paolillo Domenico: report 78 – tecniche 77 – orale 74

**Esami per 2° dan: esaminatore sensei Cominardi Giuliano**

**Milano branch**

Capella Roberto: report 80 - tecniche 83 – orale 80

Conti Marco: report 82 – tecniche 84 – orale 80

**Cadorago branch**

Mancuso Francesco: report 82 – tecniche 81 – orale 78

## Dimostrazione "Lariofiere Agrinatura"

Gassho a tutti.

Domenica 6 giugno 2006 presso la  
zona espositiva di Erba Lariofiere si è  
svolta "Agrinatura": un road-show  
all'insegna di ambiente, agricoltura,  
sport e benessere.

Nata da un'idea della Provincia di  
Como - settore Agricoltura e del cen-  
tro espositivo Lariofiere, Agrinatura è  
un progetto fieristico che opera nella  
sfera del marketing territoriale.

La manifestazione, con le sue mol-  
teplici proposte commerciali, di anima-  
zione e intrattenimento rappresenta  
infatti un importante strumento per  
avvicinare il pubblico ai temi  
dell'agricoltura, dell'ambiente,  
dell'ecologia, dello sport stimolando  
una sensibilità nuova verso il territo-  
rio e la sua cultura.

In questo contesto si è svolta una pic-  
cola dimostrazione di Shorinji Kempo  
nel verde e nella natura.

Arrivo verso le 9.30, sistemazione  
logistica, assemblaggio *tatami*, e tutto  
è pronto per cominciare. La formazio-  
ne era così composta:

Sensei Carugati (*Branch Master Mila-  
no*)

Sensei Cominardi (*Branch Master  
Cassina Rizzardi*)

Sensei Brunati (*Branch Master Lario*)

Spinello Riccardo (*Como Branch*)

Conti Marco (*Milano Branch*)

Incerti Davide, Lambrughì Gianni,  
Mancuso Francesco, Sala Raffaele,  
Casalnovò Giacomo (tutti *Cadorago  
Branch*)

Approfittando della presenza di tre  
*Branch Master* ☺ ☺ nell'attesa della  
dimostrazione abbiamo allenato sia  
tecniche di *Goho* e *Juho* sia studio di  
*Randori* durante la mattinata.

Meritato pranzo verso le ore 13.00  
con porchetta, salamelle, crepes e pic-  
colo riposino. Verso le 14.30 prepara-  
zione generale, ripasso tecniche, ve-  
stizione con *Oi* e alle 15.00 inizio di-  
mostrazione.

Si parte con *Gassho Rey*, un *kumi-  
embu* di apertura (Mancuso France-  
sco-Casalnovò Giacomo) e poi  
l'esecuzione di *Hokey* tutti insieme.

Poi Sensei Carugati insieme a Incerti  
Davide ha eseguito tecniche miste  
*Goho/Juho*.

Ha seguito una dimostrazione di *Ran-  
dori* con *Do* e *Face Guard* (Spinello  
Riccardo – Mancuso Francesco) arbi-  
trati da Sensei Carugati. *Kumi-embu*  
di chiusura (Sala Raffaele – Lambrughì  
Gianni) e *Gassho Rey* finale.

Il tutto è andato ovviamente bene, gli  
spettatori, compresi molti bambini,  
sono stati entusiasti e molti genitori si  
sono fermati a fine dimostrazione per  
chiedere informazioni.

Casalnovò Giacomo  
Cadorago Branch