

TANTE LE ARTI MARZIALI IN PIAZZA CAVOUR CON TANTI ATLETI E SOCIETA'

# La pioggia non frena la Giornata dello Sport



**LA SPEZIA** – La Giornata dello Sport organizzata dal Comitato Olimpico Provinciale in programma nelle piazze della città, a causa del maltempo e soprattutto della pioggia intensa della mattinata, sembrava dovesse compromettere le attività previste, poi però, il presidente provinciale del Coni Pier Giorgio Lombardi è riuscito a concentrare il tutto

in piazza Cavour in modo che l'eventuale pioggia non fosse un problema per nessuno.

Nonostante questo contrattempo, che ha visto il maestro Giuseppe Morelli, presidente provinciale dell'Area Discipline Orientali della Uisp, attivarsi per informare le varie società del cambiamento di programma, tutto si è svolto nel migliore dei

modi come di consuetudine dell'ADO.

Prima la dimostrazione di arti marziali che per l'occasione schiera sul campo numerose specialità. In apertura della manifestazione sono saliti sul tatami i bambini della Borgata Marinara di Lerici sezione Karate del maestro Morelli.

La squadra composta da L. Sentieri, L. Medusei e G.

Cattoni, ha presentato il kata a squadre (heian sandan) e il combattimento dichiarato, mettendo in evidenza la preparazione ed il coordinamento che nella stagione sportiva 2008 li ha visti salire sul podio numerose volte, sia in federazione (Fiam) che nel karate UISP.

La seconda uscita è stata della società Futura della Spezia del maestro Cidale



che ha presentato il ju-jitsu, un'arte di difesa personale che basa i suoi principi sulle radici del nome originale giapponese: hei yo shin kore do, ovvero "il morbido vince il duro", prima con il gruppo dei bambini con le cadute, le leve articolari e le tecniche di difesa personale e poi con gli adulti che hanno dimostrato l'uso di quest'arte in situazioni di minaccia anche con coltello e bastone, poi Cidale ha concluso la dimostrazione con una serie di fasi acrobatiche di calci volanti e forbici al collo che hanno riscosso

come metodo per il benessere della persona. La società Shorin Karate della Spezia del maestro Luigi Viani, che insegna anche al gruppo bambini della Borgata Marinara di Lerici, ha presentato il karate agonistico con gli esercizi e le tecniche tipiche di questa arte (Khion) e il lavoro a coppie per la preparazione al combattimento (kumite). I ragazzi (agonisti) dello Shorin, reduci da importanti risultati di gara, hanno dimostrato le tecniche ed i kata (forma) più avanzati dello stile Sho-



de la specialità. Gli incontri si sono svolti nel pieno rispet-

parte degli atleti un'ottima preparazione e una ammirevole educazione di gara.

L'aikido 'RenWaKai' di Sarzana, infine, è stato presentato dall'insegnante Enrico Corsini. L'aikido è un'arte marziale fondata dal maestro Morihei Ueshiba ed è basata sul principio della rotazione sferica, neutralizzando gli avversari attraverso tecniche di bloccaggio, leve e proiezioni.

In chiusura il maestro Morelli, coadiuvato dal maestro A. Sandroni, ha presentato lo iai-jitsu sviluppando il programma di base per il maneggio della katana, successivamente a coppie alcuni randori di risposta su attacchi predefiniti, infine il maestro Morelli ha eseguito un kata di base del KenJutsu.



consensi da parte del pubblico presente.

La Scuola per l'utilizzo del ki del maestro Marcello Vernengo che riveste anche l'incarico di responsabile Nazionale del settore tai chi della Uisp ha presentato, insieme ai collaboratori Marconcini e Caputo, il tai chi o taiji con la prima parte della forma del taiji quan dello stile denominato di sintesi. Movimenti lenti, armonici, dolce sollecitazione delle articolazioni, regolazione della respirazione, attenzione particolare alla postura e all'equilibrio sono alcuni degli aspetti che fanno apprezzare il taiji quan

tokan ed alla loro applicazione pratica sugli avversari (bunkai) riscuotendo dal folto pubblico presente fragorosi applausi.

A questo punto, con un leggero cambiamento di programma sono saliti sul tatami i combattenti della kick boxing delle società: Sport & Benessere di Santo Stefano Magra dell'insegnante Pierluigi Iacopini e Borgata Marinara Lerici sezione thai boxe dell'insegnante Nicola Piccioli che hanno fatto esibire gli atleti in due incontri sulle 3 riprese di 2 minuti ognuna di combattimento a contatto pieno come preve-

to delle regole con un buon livello tecnico ed il massimo rispetto dell'avversario e degli arbitri, dimostrando da

