

# Manifestazione di discipline orientali

Sabato 17 Ottobre 2009 su invito del direttore del CENTRO COMMERCIALE "IL FARO" di La Spezia, Valter Varese, si è svolta una dimostrazioni di Arti Marziali.



Alla base della scala mobile che porta da Stefan, proprio davanti all'entrata del centro commerciale è stata allestita la zona di svolgimento della dimostrazione.

Sul Tatami montato per l'occasione si sono esibiti gli atleti delle varie arti marziali che fanno capo alla **UISP/Ado** (area discipline Orientali).

I gruppi coordinati dal presidente provinciale maestro **G. Morelli** si sono alternati nell'esibizione delle loro specialità. Hanno partecipato alla manifestazione:

La **Polisportiva FUTURA WorkOut** con la sezione JuJitsu dell'insegnante **M. CIDALE**.

Il maestro Cidale 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 basto-

ne, poi Cidale con le sue cinture nere più esperte ha concluso la dimostrazione con una serie di fasi acrobatiche di calci volanti e forcici al collo che hanno riscosso consensi da parte del pubblico presente.

La **società SHORIN KARATE** di La Spezia del Maestro **Luigi Viani** che insegna anche al gruppo bambini della Borgata Marinara di Lerici ha presentato il KARATE con gli esercizi e le tecniche tipiche di questa arte 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 Shotokan ed alla loro applicazione pratica sugli avversari (bunkai).

La **società SPORT & BENESERE** S. Stefano dell'insegnante **PierLuigi Iacopini** ha presentato la THAI BOXE o Muaythai che è oggi una delle arti più temute e praticate nel mondo oltre ad essere diffusissimo sport da ring. La **Polisportiva DON BOSCO**

con la sezione **KUNG-FU** del Maestro **Umberto Palla** ha presentato Kung fu Wushu che è la disciplina da cui si sono sviluppate la maggior parte delle arti marziali odierne, ricca di eleganti e spettacolari tecniche sia a mano nuda che con attrezzi di vario tipo, include esercizi di coordinazione, acrobatica e di potenziamento strutturale aiutando il praticante a sviluppare capacità fisiche e motorie non indifferenti e non dà ultimo aiuta a formare il carattere dell'individuo.

La **BORGATA MARINARA di Lerici** diretta dal Maestro **Giuseppe Morelli** ha presentato lo Iai-Do & KenJutsu Morelli e Sandroni hanno sviluppato il programma di base per il maneggio della Katana dimostrando una serie di esercizi individuali, quali parate e tecniche di attacco tipiche dello IaiDo (l'arte di estrarre la Katana), successivamente a coppie hanno dimostrato alcuni randori di risposta su attacchi predefiniti, infine il maestro Morelli ha eseguito un kata di base del KenJutsu. 'KAESHI no KATA'.

