

Kodokan Cremona

judo dal 1971

dojo: via Corte 3f, 26100 Cremona - 0372/454884 - 328/0016710
www.kodokancremona.it email: kodokancremona@teletu.it
Facebook: Kodokan Cremona Twitter: @kodokancremona

Anno XXVIII, N. 2, settembre 2013

Periodico del Kodokan Cremona - Fondatore: Giorgio Sozzi - Reg. Trib Cremona N° 171-8/9/1984

Piccoli passi, grandi sogni

Alla fine, settembre è arrivato di nuovo. Dopo la pausa estiva - breve, per la verità - il Kodokan riapre i battenti, come ogni anno, per la 43° volta, spingendo un po' più in là l'asticella dei sogni.

Quattro settimane di chiusura non sono molte e sono trascorse per gran parte valutando, riprogettando, correggendo, anche solo meditando sul lavoro svolto in questi anni. La pausa estiva è una boccata di ossigeno necessaria, non tanto per la stanchezza accumulata: quando c'è la passione non si vorrebbe mai interrompere l'attività che si ama.

Fermarsi, però, è necessario per *“Molte cose sono cambiate al Kodokan in 43 anni”*

trovare il tempo di comprendere pienamente il senso di un percorso che si sta facendo insieme. Bisogna valutare se la direzione è sempre quella originaria, oppure se è cambiata, magari a ragion veduta.

Ebbene, molte cose sono cambiate nel Kodokan del nuovo millennio, rispetto agli esordi. Il dojo è capiente, la pista di atletica a portata di mano, il parcheggio assicurato, il riscaldamento efficiente, le docce sono calde e -quando capita un guasto nell'impianto del gas, magari a fine agosto- le lamentele dei nuovi atleti per la doccia fredda (ad agosto!) non si fanno attendere. Viene da ridere, pensando agli albori, quando sul tatami troppo piccolo si sgomitava e la doccia fredda d'inverno era la regola. Dalle finestre entravano spifferi gelati e il riscaldamento era

raffazzonato alla meglio, con scarsi risultati per la verità. Dicono che i giovani di oggi siano più deboli, abituati all'agio e alle comodità. Non lo credo. Le scomodità di allora erano una necessità, non una scelta. Oggi, rinunciare ai vantaggi della modernità sarebbe assurdo. Non è per questo che si è deboli. L'errore sarebbe invece dimenticare da dove veniamo. Se così fosse, si farebbe torto a chi ci ha preceduto, ai sacrifici anche economici che ci hanno



consegnato questo splendido Kodokan, e non mi riferisco solo alla sede materiale. I riconoscimenti sociali, culturali, educativi che il Kodokan spesso riceve, insieme a richieste di interventi quasi quotidiane, sono il risultato di un lavoro che arriva da lontano, sostenuto da tanta passione e da altrettanta fede. Non parlo di una fede esclusivamente religiosa, ma di una fede che appartiene ad ogni persona umile che ha il sogno

di migliorare un poco il mondo in cui siamo capitati. Dico di una fiducia riposta in sé e negli altri, minacciata in ogni istante dalla brutalità del mondo, ma che può diventare, se

Jigoro Kano disse:

“nella vita scegliete un sogno irrealizzabile”

coltivata, la medicina per il futuro. È una politica di piccoli passi, mossi giorno dopo giorno. Ogni volta che un ragazzo accresce l'autostima, ogni volta che chi era rifiutato si sente accolto, ogni volta che chi ha avuto dalla natura grandi doti si sente in dovere di mettersi a disposizione, qui nel dojo abbiamo mosso un piccolo passo. Nessuna pretesa di operare rivoluzioni o di trovare soluzioni a tutto: sarebbe folle. Solo voglia di credere in noi stessi e nella bontà delle relazioni umane. Il Judo Kodokan, in sintesi, è poco più che questo. Un movimento di piccoli passi, a portata di tutti, ma ispirati ad un obiettivo grande: quello di un mondo giusto in cui ognuno riceva e conceda dignità agli altri. Impossibile, direte. Certamente. Parafrasando il prof. Kano, dirò che abbiamo scelto un sogno irrealizzabile. Diversamente, rischieremo di rimanere senza scopi, e di dover ripensare il senso del proprio cammino. Se lo spirito e la voglia di un sogno grande sono ancora forti, ed è così, concluderò contraddicendo me stesso: al Kodokan Cremona nulla è cambiato, di ciò che è essenziale.

Andrea Sozzi

Judo sportivo: avanti tutta!

Ancora due medaglie nazionali di Shannon Ruggeri (Under 23 e Under 21) sono le punte di un movimento che sta crescendo.

Registriamo ancora due finali nazionali (sempre U23 e U21), anche se lontano dal podio, per Alberto Bertoni, che a giugno 2013 ha guadagnato la cintura nera per meriti agonistici, dopo solo quattro anni di pratica judoistica. Bello anche l'anno agonistico di Claudio Panizza, 7° nella finale del Campionato italiano Cadetti dopo 5 incontri vinti sui 7 disputati. Claudio Panizza, "Pinku" per gli amici del Kodokan, è finito spesso in medaglia nei principali tornei nazionali cui ha partecipato, vincendo per la prima volta la Coppa Kodokan, per un solo punto su Shannon Ruggeri. Benedetta Sforza si è imposta nei nazionali Uisp e in alcuni tornei interregionali, ma non è riuscita a sfondare nei campionati italiani, nonostante la vittoria nel Campionato Regionale. Le qualità ci sono: si tratta di lavorare con calma e dedizione. Buona notizia anche il rientro alle competizioni di Alessandro Conti, che se ne era allon-

tanato per alcuni motivi di ordine fisico, ora risolti.

Tra i giovanissimi, Giulia Gasparini, Chiara Bernardoni, Erica Aucello, Chiara Savaresi, Matteo Landini si stanno mettendo in buona luce nei tornei regionali. Il più giovane, tra gli agonisti è Federico Guerreschi (12 anni) che sta dimostrando buona confidenza con la competizione. Citiamo poi Alice Bettoli, Tommaso Bertoni, Tommaso Molon, Alessandro Toncelli, Riccardo Varrazzo, Mihail Cristei con ancora poca esperienza agonistica e i veterani Marco Ungini, Gianluca Giust e Diego La Rosa che stanno rientrando nel circuito agonistico.



Shannon Ruggeri (20 anni) ha collezionato 5 medaglie di bronzo e un quinto posto in Campionati italiani



Qui sopra: Pino Maddaloni, Campione Olimpico di Sydney 2000, oggi fresco tecnico della Nazionale, si complimenta con Shannon Ruggeri ad Andria, dopo il podio junior.



Claudio Panizza (16 anni) ha vinto la Coppa Kodokan e si è messo in luce nel Campionato Italiano Under 18. Una tecnica solida è corredata da un allenamento serio e continuo.

**COPPA KODOKAN 2012
top 10**

- 1 - Claudio Panizza (119)
- 2 - Shannon Ruggeri (118)
- 3- Alberto Bertoni (94,5)
- 4- Benedetta Sforza (89)
- 5- Alessandro Conti (53,5)
- 6- Erica Aucello (43)
- 7- Giulia Gasparini (42)
- 8- Tommaso Molon (37)
- 9- Chiara Savaresi (27)
- 10-Matteo Landini (21)

Alberto Bertoni (18 anni per 81 kg.), cintura nera dopo 4 anni di pratica judoistica. Qui a destra in uno spettacolare seoi-toshi.



ALBO D'ORO COPPA KODOKAN

- 1973 Claudio Arisi
- 1974 Daniela Zucchi
- 1975 Angelo Benassi
- 1976 Daniela Zucchi
- 1977 Ennio Voltini
- 1978 Ennio Voltini
- 1979 Ennio Voltini
- 1980 Claudio Arisi
- 1981 Claudio Arisi
- 1982 Elena Tamagnini
- 1983 Alberto Santi
- 1984 Mario Ceruti
- 1985 Mario Ceruti
- 1986 Mario Ceruti
- 1987 Alberto Santi
- 1988 Mario Ceruti
- 1989 Mario Ceruti
- 1990 Andrea Sozzi
- 1991 Claudio Ruffini
- 1992 Andrea Sozzi
- 1993 Andrea Sozzi
- 1994 Andrea Sozzi
- 1995 Andrea Sozzi
- 1996 Andrea Sozzi
- 1997 Andrea Sozzi
- 1998 Andrea Sozzi
- 1999 Andrea Sozzi
- 2000 Andrea Sozzi
- 2001 Laura Arisi
- 2002 Alessandra Frittoli
- 2003 Laura Arisi
- 2004 Alessandra Frittoli
- 2005 Alessandra Frittoli
- 2006 Simone Gliottone
- 2007 Alessandra Frittoli
- 2008 Alessandra Frittoli/Alessandro Conti
- 2009 Alessandro Conti
- 2010 Shannon Ruggeri
- 2011 Shannon Ruggeri
- 2012 Claudio Panizza



Bellissimo harai goshi di Giulia Gasparini (15 anni)



Rientro di Alessandro Conti (19 anni) dopo mesi di stop



Benedetta Sforza (17 anni) in azione al trofeo del Torrazzo. Sotto: la premiazione degli agonisti 2012.



Ilaria Sozzi e Marta Frittoli convocate per il Mondiale in Giappone In cammino verso Kyoto



L'argento mondiale 2012 ottenuto a Pordenone e la sicura vittoria casalinga nel Gran Prix Nazionale di Kata, organizzato proprio al PalaRadi di Cremona all'interno del "Memorial Giorgio Sozzi", il 16

giugno 2013, hanno convinto la Direzione Tecnica Nazionale a convocare Ilaria Sozzi e Marta Frittoli per il Mondiale di Kata 2013. Così, il 19 e 20 ottobre, le nostre ragazze voleranno da Cremona a

Kyoto, in Giappone, per misurarsi ancora una volta con i migliori del mondo. La sede prescelta dalla Federazione Mondiale, il Giappone, offre naturalmente spunti di maggiore suggestione.

Ne è passata di acqua sotto i ponti, da quando Giorgio Sozzi invitò a Cremona i maestri giapponesi -erano gli anni '80- pima Takata, poi Nagai e Daigo, per apprendere le origini dei kata e in particolare del ju no kata, specialità in cui Ilaria Sozzi e Marta Frittoli hanno vinto 4 ori europei e un argento mondiale. Ne è passato di tempo da quando si imparavano i kata sui libri, reperiti nei modi più strani, cercando di interpretarne il senso dal testo e dalle foto, senza averli mai visti. Si parla della preistoria del judo italiano, naturalmente, quando poteva capitare che i membri della commissione d'esame si trovasse a giudicare kata che non avevano mai praticato. Già negli anni '70 a Giorgio Sozzi sembrò una buona cosa da fare reperire fonti e mettere in pratica randori e kata, secondo l'idea di Jigoro Kano. Il rammarico è che non sarà con noi in Giappone, a vedere le sue ragazze esibirsi col mondo. Nessun rimpianto: Ad maiora.

Monia e Sara ora vogliono il tricolore

Una medaglia d'argento in Coppa Italia di ju no kata ed un argento anche nel Gran Prix Nazionale di Reggio Emilia, Memorial "Bisi", è il bilancio del 2013 fino a questo momento per le due atlete Monia Castelli e Sara Barboglio, che sono allenate da Ilaria Sozzi. Entrambe targate Kodokan Cremona, provenienti dal vivaio di Pizzighettone, Monia e Sara stanno crescendo rapidamente e han-

no l'obiettivo dei Campionati Italiani di Kata, in programma a Catania il 21 settembre.

Monia Castelli e Sara Barboglio, già oro e argento in Coppa Italia, hanno partecipato al Memorial Klause, in Belgio, vestendo i colori azzurri.



Riflessioni sull'attualità del metodo judo Kodokan

Judo, tra i mezzi e il fine

Il judo è un fine o un mezzo? Sarebbe interessante se ciascun insegnante di judo se lo chiedesse. La risposta, probabilmente un po' diversa per ciascuno, darebbe più chiarezza al percorso intrapreso. Jigoro Kano, influenzato filosoficamente dal funzionalismo, diede le sue risposte. Il valore di un'attività è commisurato a quanto quell'attività umana è utile. "Se uno arriva al perfezionamento di sé e non è utile alla società, la fatica è stata vana". L'impostazione filosofica del judo Kodokan, tratta da alcuni principi etici della Kito Ryu, ha uno stampo umanistico: il judo ha valore se produce effetti positivi sulla vita benessere psicofisico, ma tanto più importante se questo benessere è condiviso e produce progresso sociale, in giapponese: "Ji Ta Kyoei". Questo è un principio che in Occidente ha attecchito -ironia della sorte- ancora più saldamente che in Giappone, in quanto trovava terreno fertile nel sostrato culturale di matrice umanista e cristiana.

La pratica sportiva, secondo il Coni, è finalizzata a formare cittadini fisicamente e mentalmente sani, aperti alla democrazia e alla piena cittadinanza. Ebbene, gli sportivi del judo sono avvantaggiati, perché questo metodo l'hanno avuto in consegna già pronto: il judo è stato pensato e inventato precisamente con scopi sociali.

L'ardore e l'impegno per raggiungere un risultato sportivo, che sono imprescindibili per capire il significato del sacrificio, della fatica, del coraggio, della lealtà e che nel judo sportivo sono portati all'eccesso, in quanto sport da combattimento, sono il mezzo necessario al Ji ta kyoei. Ma non sono il fine. Spesso, però, il desiderio di affermarsi porta come conseguenza l'individuazione della medaglia come unico obiettivo. Ripeto, l'impegno nello sport è necessario, ma la medaglia non può essere l'unico fine. Jigoro Kano, assistendo da subito alla deriva del judo-sport, già all'inizio del '900, arrivò a dire: "dopo molti anni ho



Impariamo il judo", il libro a fumetti per bambini ideato da Giorgio Sozzi nel 1982 e ancora rihies-tissimo, diventerà presto internazionale.

**I CORSI PER GIOVANISSIMI
AL KODOKAN CREMONA**
gioco judo (3-5 anni)
judo educazione (6-8 anni)
judo pre agonistico (9-11 anni)

compreso che la vittoria e la sconfitta sono uguali". Com'è possibile spiegare questo? Lo è, se si cambia punto di vista. Il miglioramento di sé è nell'aver dato tutto nel percorso di allenamento. In un combattimento, la vittoria dell'uno è favorita necessariamente dalla sconfitta dell'altro. Sono due momenti complementari, che favoriscono la crescita di entrambi i judoka. Non sia questo discorso una scusante ai giovani per non ricercare la vittoria: il primo stadio del judo è la pratica del randori e dello shiai (combattimento libero e arbitrato). Senza

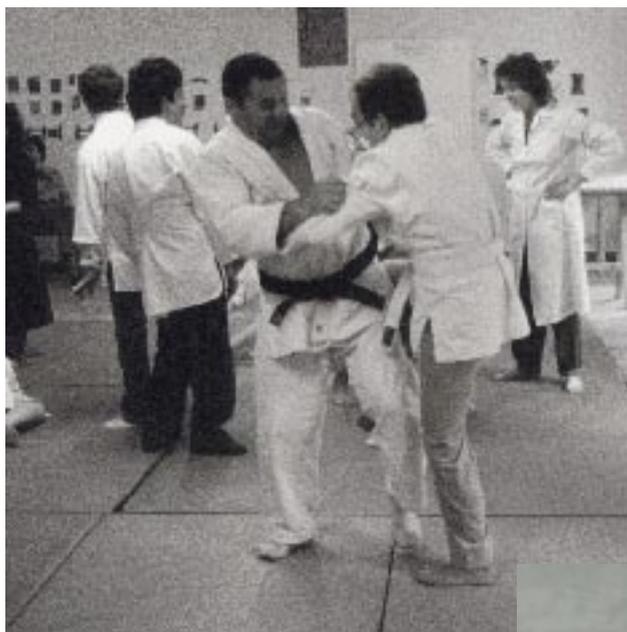


di esso non c'è miglioramento. Vi sarebbe una pratica senza contenuto. Ma l'obiettivo finale deve essere più alto: mettersi al servizio del bene comune. Campione non è chi vince, ma chi sempre cerca il meglio di sé, giorno dopo giorno. Per vincere, è sufficiente un atleta ben allenato che abbia avuto in dono dalla natura qualità eccezionali. Ma per avere un campione, è necessaria una scelta personale e sofferta. È questo che ambiziosamente cerchiamo di passare ai giovani, consci, naturalmente, di tutti i limiti e degli errori che quotidianamente (sottolineo quotidianamente) commettiamo. Avere la forza di parlare



oggi di "educazione" non è facile e sembra presuntuoso, come già scrissi da queste colonne. Ma a ben vedere, per noi è niente più che la constatazione di un dato di fatto. Diceva Giorgio Sozzi: "Da grande, potrai scegliere di essere un educatore o un diseducatore. Non c'è altra possibilità". Un adulto che intrattenga relazioni sociali è sempre un modello di comportamento per gli altri -giovani in particolare. Può scegliere se essere un modello positivo o negativo. Anche i nostri giovani agonisti, pur se inconsapevoli, sono educatori dei ragazzi più giovani, che li osservano e li imitano. Anzi, il loro messaggio non verbale è forse più forte delle noiose parole del maestro. Dunque, affermare la necessità dell'educazione, per il judo Kodokan, è la dichiarazione dell'umile e imperfetta ricerca del bene. Il judo ne è il mezzo, il migliore strumento che l'uomo abbia inventato con questo fine. (A.S.)

judo e disabilità: i primi 30 anni



A sinistra: Giorgio Sozzi nel 1984, anno in cui incominciò l'esperienza di judo per allievi con disabilità. A destra: Ilaria Sozzi con Oreste Perri, Sindaco di Cremona, durante la festa finale dei corsi, al Kodokan, e Perri con Giacomo Spedini, presidente della Fondazione Città di Cremona, che sostiene il progetto.



Era il 1984 quando Giorgio Sozzi incominciò l'avventura del judo per allievi con disabilità intellettiva: tra pochi mesi il judo adattato a Cremona compirà 30 anni.

Oggi, sono 5 i centri nella provincia di Cremona che partecipano all'attività di judo adattato, per un totale di oltre 30 ragazzi e una decina di operatori impegnati sul tatami.

Un altro centro cremonese ha preso recentemente i contatti per una possibile collaborazione il prossimo anno. I centri che collaborano sono: Cdd Cremona, Lae Cremona, Cdd Regona, Cdd Pessina, Cdd Quinzano.

Obiettivo finale del lavoro è l'inclusione dei ragazzi con disabilità nei corsi serali ordinari. In diverse occasioni, questo avviene con successo e a tutt'oggi ci sono allievi con disabilità che frequentano l'allenamento serale insieme a tutti gli altri. Alcuni vantano un'anzianità di judo invidiabile; incominciarono addirittura negli anni '80. Non sempre però, come abbiamo spiegato in diverse sedi, l'inclusione nei corsi ordinari è completa o possibile, a causa di deficit troppo elevati o di autonomia ridotta al minimo. Ugualmente, un percorso viene intrapreso, di comune accordo con la famiglia e/o il centro di riferimento. Caratteristica dell'esperienza Cremona è l'equilibrio tra la tensione ideale e il forte realismo, assoluta-



Qui sopra: Andrea Sozzi e Claudio, allievo proveniente da Pessina (CR). A destra: Antonio, allievo del Kodokan dal 1985. Cintura nera, si allena senza alcun problema nel corso agonistico. Sotto: Giorgio Sozzi inserì il tai ji quan a complemento del judo adattato.



mente necessario in casi come questi. La storia dell'esperienza cremonese è infatti orientata alla disabilità intellettiva medio/grave, con comorbilità sempre presenti dal punto di vista psicomotorio. Ogni esperienza -in questo campo- è una storia a sé e va valutata all'interno del contesto che la fa-

vorisce. Dunque, lungi da noi fornire istruzioni o regole di comportamento. Allo stesso modo, però, ci sentiamo di affermare fortemente le linee guida che ci muovono e sono risultate vincenti in questo contesto. Anzitutto, nessuna ambizione agonistica: l'agonismo per un ragazzo con forte deficit intel-



Qui a sinistra: Ilaria Sozzi, membro della commissione Nazionale Fijlkam per la disabilità, impegnata nel dojo.

Sotto a destra: Ilaria a Modena, in un convegno Fijlkam sull'insegnamento del judo ad allievi con disabilità, a giugno 2013.

Sotto a sinistra: Annamaria Anselmi coordina un centro per persone con disabilità in provincia di Cremona. Laureata in pedagogia, cintura nera, incominciò l'esperienza di judo adattato con Giorgio Sozzi oltre 15 anni fa.

lettivo e problemi fisici non indifferenti deve essere valutato attentamente secondo il criterio del "cui prodest?", che è spesso rivelatore di motivazioni psicologiche o economiche "altre" dai bisogni dell'allievo. Poi, attenzione alla persona, non alla cartella clinica e programmazione per obiettivi realmente raggiungibili, con la socializzazione e il rispetto delle regole, che sono due ingredienti complementari e necessari nel percorso verso l'inclusione sociale.



Nasce la "Cittadella Giorgio Sozzi"

Il Comune di Cremona ha intitolato a Giorgio Sozzi la sede delle associazioni di volontariato Cremonesi, situata nel parco del Vecchio Passeggio, vicino al centro della città, all'interno di una palazzina recentemente ristrutturata. Il luogo ha preso il nome di "cittadella Giorgio Sozzi", in onore di una vita, quella del maestro di judo, votata in larga parte all'accoglienza verso il prossimo, in particolare verso i bisognosi. Un bel riconoscimento per il Kodokan Cremona, che oltre che centro sportivo si è sempre distinto per la sua attività a

cavallo tra lo sport e l'impegno sociale.



Due momenti dell'inaugurazione: la benedizione del Vescovo di Cremona, mons. Dante Lafranconi e il discorso del Sindaco, Oreste Perri.

Judo senza frontiere

Continua per il terzo anno il progetto con il gruppo Giona della Cooperativa Nazareth con il corso di judo per immigrati. I ragazzi svolgono attività socialmente utili e imparano un mestiere nell'attesa di trovare una sistemazione lavorativa. Il corso di judo si inserisce nell'ottica delle attività formative. I ragazzi provengono dall'est europa, dall'Africa settentrionale e dal centrafrica. Sul tatami però tutti parliamo la sola lingua del judo.



Promuovere il judo. Sì, ma come?

Quello della promozione del judo è un tasto delicato e mai fuori moda. La promozione inizia nel dojo, attraverso la creazione -nei limiti del possibile- di opportunità di crescita reali e adeguate per ciascun allievo. Continua nella scuola, in cui è necessario comunicare la bontà universale del metodo judo Kodokan, utile alla mente e al corpo: la scuola sarà il principale veicolo della nostra espansione domani. Ancora, bisogna riflettere attentamente su come mostrarsi nelle esibizioni pubbliche e sui media. È meglio seguire la moda della spettacolarizzazione e del marketing facile (tipo 7 chili in 7 giorni) oppure spendersi per un discorso più profondo, non di immediata comprensione ma destinato a perdurare?



Qui a destra: Donata Burgatta, esperta di didattica per bambini, ha animato la festa di Natale 2012 del "Circuito Lunezia", sinergia di società che comprende Kodokan Cremona, Sakura Piacenza, Tempesta Cortemaggiore, Kodokan Pizzighettone, Nippon Codogno, Kodokan Asola, Kodokan Caorso.

Sopra da sinistra: performance al Teatro Ponchielli di Cremona; show tutto femminile alla festa dello sport di Solarolo (Cr), per superare i preconcetti maschilisti sul judo.

Sotto: meeting "Haru" 2013: prove tecniche e percorso atletico per 120 bambini del Lunezia.

JUDO A SCUOLA progetti svolti nel 2013

Scuola Materna
"Mazzolari"
Cremona

Scuola Elementare
"Capra-Plasio"
Cremona

Scuole Medie
"Virgilio"
e "Anna Frank"
Cremona



Esami e passaggi di grado

Gianluca Giust, Giulio Di Odoardo, Luca Aucello (nella foto con Andrea Sozzi), hanno affrontato gli esami federali di dan. Gianluca ha guadagnato il II dan, mentre per Giulio e Luca si tratta del I dan e della cintura nera. A loro si aggiunge il terzo dan di Sante Stefanoni, proveniente dal vivaio di Pizzighettone. Il Kodokan Cremona è stato centro interprovinciale di preparazione agli esami. Kodokan, mentre Andrea Sozzi ha fatto parte



delle commissioni d'esame del Comitato Regionale Fijlkam.

PASSAGGI DI GRADO NEL 2013

3° dan
Sante Stefanoni

2° dan
Gianluca Giust

1° dan
Luca Aucello;
Giulio Di Odoardo;
Alberto Bertoni

128 cinture nere dal 1971
23 donne cintura nera

judo è movimento



Caratteristica del Kodokan Cremona, fin dai lontani anni '70, è l'apertura al confronto. Nessun timore di spalancare le porte del dojo: ben venga la visita di ogni judoka, il maestro o il campione famoso. L'obiettivo è ricevere sempre nuovi stimoli allo studio, così per i giovani praticanti come per gli insegnanti. E, quando la montagna non va a Maometto... ci si mette in strada, e si macinano chilometri. Per progredire nel judo, oltre al lavoro quotidiano, viaggiare è necessario. Nell'ultimo anno, registriamo gli stage di Bardonecchia con Pino Maddaloni, Hungvari e Fallon, Lignano con Ezio Gamba e la squadra Russa, Salò con Rosalba Forciniti, Ponte di Legno con Jean Pierre Gibert, Reggio Emilia sempre con Maddaloni. Abbiamo partecipato, a Ostia, al corso di aggiornamento tenuto dal Kodokan di Tokyo. Nel dojo del Kodokan abbiamo ospitato Piero Comino, Francesco Bruyere, Paolo Natale.



Dall'alto: Kodokan a Bardonecchia con Pino Maddaloni; Jean Pierre Gibert con i Sozzi; Ilaria Sozzi e Cesare Piccioni a Roma per l'Eju kata Seminar; Francesco Bruyere con i Sozzi; gruppo Kodokan allo stage di Ponte di Legno.



Da sinistra: a Cremona, stage di Piero Comino e Paolo Natale; a Salò, stage con Rosalba Forciniti, bronzo olimpico a Londra 2012.

Grande festa del judo a Cremona

Stage di ju no kata con Nagai taeko, Gara internazionale di combattimento, Gran Prix Nazionale di kata nel ricordo di Giorgio Sozzi





**vincitori del
GIORGIO SOZZI
International Tournament
Cremona - 15 giugno 2013**
-81 kg.
1) Francisco Madera (ESP)
2) Diego Giorgis (ITA)
3) Francesco Mosca (ITA)
3) Giuseppe Barbato (ITA)
-57 kg.
1) Camille Beney (FRA)
2) Fatima Ribot (ESP)
3) Alessia Chiodi (ITA)
3) Francesca Ripandelli (ITA)

**vincitori del
GRAN PRIX NAZIONALE DI KATA
CREMONA - 16 GIUGNO 2013**
ju no kata: Ilaria Sozzi - Marta Frittoli (Kodokan Cremona)
nage no kata: Alessandro Furchi - Michele Battorti (Pol. Villanova)
kime no kata: Giacomo de Cerce Pierluca Padovan (Takano Dojo)
katame no kata: Andrea Fregnan Stefano Moregola (Eurobody)
kodokan goshin jitsu: Fabio Polo - Enzo Calà (Kuroki Tarcento)
koshiki no kata: Gavino e Monica Piredda (Judo Club Alghero)
itsutsu no kata: Sergio Rizzi - Valter Sella (Piemonte)
judo show: Polisportiva Villanova
Torneo delle regioni: Friuli Venezia Giulia
premio speciale della giuria tecnica: Gavino e Monica Piredda.



Cultura marziale, tra origini e modernità

Lo studio della cultura marziale non può che giovare alla formazione del judoka, anche arricchendone la completezza tecnica. Certo, il judo ha sempre vasta preminenza al Kodokan, tuttavia cerchiamo di tenere gli occhi aperti per allargare la nostra conoscenza. La tecnica di spada giapponese Katori Shinto è la più antica tradizione marziale giapponese mantenuta fino ad oggi. Abbiamo proposto uno stage che disvelasse i contenuti della più nobile arte del Bushido, la spada, appunto. Verranno riproposti incontri a cadenza mensile dedicati agli allievi del Kodokan, in particolare ai non agonisti e agli studiosi di kata. Una volta la settimana continua lo studio del Tai ji quan, che coinvolge anche i judoka, che lo considerano un'arte di rilassamento complementare al randori.



Vincenzo Alibrandi e Andrea Re hanno tenuto al Kodokan un interessante stage di spada giapponese. L'esperienza andrà senza dubbio ripetuta.

Ilaria Sozzi studia tai ji quan con il maestro Mario Pasotti dal 1994. L'ampliamento della cultura marziale arricchisce di spunti anche la pratica del judo, in particolar modo del kata. Al Kodokan alcuni judoka frequentano anche lezioni di Tai ji.

Difesa in Rosa: Cremona c'è!



Ha preso il via il progetto "Difesa in Rosa", ideato da Cristina Fiorentini e sostenuto con forza dalla regione Lombardia, in particolare dagli assessori regionali Paola Bulbarelli e Antonio Rossi.

Il progetto è in atto in tutte le province lombarde e prevede 8 lezioni gratuite di difesa personale, a cui, visto l'alto numero di richieste, che ha superato le 1200 previste, seguirà con ogni probabilità un altro corso. Originale la formula: tutti all'aperto, in un parco cittadino, per promuovere il benessere e la voglia di stare all'aria aperta come primo step verso una maggiore sicurezza di sé. Subito *over quota* le richieste a Cremona, dove il Kodokan gestisce il corso, che ha luogo presso il Parco Po. 110 le domande accolte, mentre per le altre richieste in sovrannumero, moltissime, è già attiva una lista d'attesa.

Sopra: un momento della Difesa in Rosa al Parco Po, a Cremona. a destra: La presentazione di Difesa in Rosa a Milano, nel Palazzo della Regione.



Kodokan Cremona
 Scuola di judo dal 1971
 dojo: via Corte 3f, Cremona
 328/0016710
www.kodokancremona.it

