

PAOLO SALATI
EMILIANO LANCI

Sono migliaia i modenesi che praticano le arti marziali. Dall'oriente discipline che fondono attività sportiva e spiritualità



CINTURE GIALLOBLU

Parlare di arti marziali è certamente cosa difficile; risulta un mondo complesso, denso di significati, estremamente diversificato.

Le arti marziali non devono essere intese prettamente come discipline sportive, ma altresì come pratiche individuali con una importante valenza filosofico-spirituale e religiosa; in particolare per gli orientali.

Proprio la loro evoluzione ha portato ad una significativa suddivisione tra la tradizione e lo sport: nel primo caso si riconducono quelle discipline ancora saldamente agganciate ad un'idea marziale impregnata di riferimenti mistico-filosofici; nel secondo invece quelle discipline che nel tempo hanno posto come primario obiettivo la competizione sportiva.

Da anni a Modena le arti marziali stanno riscuotendo grande successo e vantano un numero sempre maggiore di praticanti, giovani e non. La nostra città infatti sin dai primissimi anni '60 ha abbracciato il fascino dell'Oriente facendo delle discipline marziali un vero e proprio punto di riferimento.

La prima palestra marziale modenese fu il "Koike" ove

veniva praticato il judo, ovvero la "via" (do) della "cedevolezza" (ju); questa arte marziale, nipponica d'origine, fu effettivamente la prima disciplina orientale ad essere conosciuta in occidente e si basa sul principio di squilibrio dell'avversario sfruttando la sua forza.

A Modena la pratica del judo aumentò sempre di più grazie a due importanti scuole come la centenaria "Panaro" ed il "Geesink" che hanno continuato l'assiduo lavoro del "Koike".

Il judo poi diventerà una importantissima disciplina marziale sportiva che troverà ampio spazio ai giochi olimpici regalandoci importanti medaglie.

Dai primi anni '70 insieme al judo comincia a prendere piede un'altra disciplina nipponica: il karate. Questo, diversamente dal judo, basato soprattutto sulla lotta, è caratterizzato dallo scambio tra i contendenti di colpi portati con le braccia e con le gambe risultando pertanto molto spettacolare all'occhio delle persone. Nel giro di pochissimo tempo il numero di praticanti di karate aumentò vertiginosamente acquisendo una popolarità sempre maggiore tale da eguagliare il judo.

Nel modenese l'artefice di questo successo fu il centro sportivo "Taiji Kase" che grazie ad una pratica decisa ed esaltante avvicinò molti giovani alla disciplina. In quel periodo la costante delle arti marziali era il principio educativo

molto rigido ed un forte inquadramento morale, tale da dare all'atleta una sicurezza interiore che lo rendesse più uomo nella vita di tutti i giorni.

Con gli anni '80 sbarca in Italia il "Kung Fu" sull'onda dell'enorme popolarità dei film dell'attore cino-americano Bruce Lee. Il Kung Fu, di origine cinese, si presenta agli adepti europei come un mondo molto variegato di stili e di tradizioni tra loro differenti risultando da subito affascinante, da qui il trasferimento in Italia di numerosi maestri cinesi che cominceranno a portare nel nostro paese importanti insegnamenti.

Punto di riferimento del Kung Fu a Modena sono state due scuole: la "Waddan" e la "Santa Rita"; caratterizzate da un numero sempre crescente di adepti.

Negli anni '90 prendono piede in Italia gli sport da combattimento come la Kick Boxing, la Thai Boxe ed il Full Contact.

Si tratta di discipline sempre meno marziali e più sportive, praticate sul ring con l'ausilio dei guantoni da pugilato, parastinchi, paradenti e conchiglia a protezione dei genitali.

Nello stile Kick Boxing si mescolano tecniche di pugilato e di karate; i contendenti possono scambiarsi colpi di braccia e di gambe, su tutto il corpo, muniti delle apposite protezioni.

Nel Full Contact invece gli atleti possono scambiarsi tecniche di gamba solo al di sopra della cintura; si tratta di una disciplina nata negli anni '70 negli Stati Uniti che però ha ottenuto grande popolarità anche in Europa; la Thai Boxe invece di chiara origine thailandese, differisce dalle precedenti per l'utilizzo del "Clinch" (tecnica di lotta nel corpo a corpo) e delle ginocchiate.



Una proiezione di judo



A Modena soprattutto la Kick e la Thai Boxe hanno da subito riscosso grande popolarità grazie anche al geminiano Michele Araldi, all'epoca campione del mondo di Kick Boxing, elemento trainante per i vari praticanti.

Con il 2000 si affacciano sulla scena europea ed italiana tutti gli stili da combattimento orientali provenienti dalle regioni più remote.

Le arti marziali prendono definitivamente una triplice connotazione: sport, difesa personale, pratiche filosofiche; le così dette discipline tradizionali rimangono più agganciate ad un discorso prettamente marziale o filosofico-spirituale.

Tra queste possiamo ricordare il "Tai-Chi" d'origine cinese e l'"Aikido" d'origine nipponica dove l'obiettivo primario è la ricerca del proprio io interiore per il raggiungimento finale di un equilibrio psico-motorio.

Altre discipline invece si sono specializzate nella ricerca della difesa personale intesa come "scontro reale", riportiamo a proposito lo stile "Wing-Tsun" o quegli stili tipici del sud-est asiatico come il "Kali", il "Silat", ed il "Karate". Frequente all'interno di queste arti lo studio e la pratica di diverse armi, in particolare le così dette "armi bianche", cioè coltelli, oggetti contundenti, bastoni, il tutto agganciato ad un discorso prettamente di difesa personale. La trilogia suddetta deve essere conclusa con gli sport da combattimento come il judo, il "Tae Kwon Do" di origine coreana, entrambi olimpici, la Kick Boxing ed il cinese "Sanda" dove l'atleta viene preparato esclusivamente per la competizione.

Modena, confermandosi sempre molto attenta da un punto di vista



Le discipline marziali sono probabilmente le attività sportive più praticate a livello mondiale; anche in Italia sono nate e cresciute diverse federazioni e associazioni che consentono la pratica marziale.

Modena vanta un numero sempre crescente di palestre e praticanti.

| PALESTRE MODENA | SPECIALITÀ |
|---|---|
| C.F. Taiji Kase - Via Bolzano, 34 - Tel. 059/395155 | Karate, Kung Fu |
| Palestra Panaro - Piazza Cittadella - Tel. 059/219255 | Judo, Karate, Lotta |
| C.S. Harmony - Via Milano, 83 - Tel. 059/306564 | Karate |
| Eurofitness - Via Rainusso, 88 - Tel. 059/828000 | Kick Boxing |
| Geesink Team - Via Giusti, 35 - Tel. 059/820292 | Judo, Karate, Kung Fu, Tae Kwon Do, Kali |
| All Sports Jolly - Viale Amendola, 221 - Tel. 059/352280 | Difesa Personale, Kick Boxing |
| Shoot Team - Via Giardini 452/D - Tel. 059/342421 | Kick Boxing, Shoot Fighting, Karate, Difesa Personale |
| New Master Gym - Via Rococciolo, 11 - Tel. 059/350305 | Thai Boxe, Kali, Wing Tsun |
| Ju Jitsu Italia - Via Divisione Acqui Palapanini | Ju Jitsu |
| Polisportiva S.Rita - Via Frignani, 120 - Tel. 059/351143 | Wu-Shu, Kung Fu |
| Toning Fitness - Via Emilia Est, 421 - Tel. 059/366703 | Kali, Kung Fu |
| Aikido Club - Via S. Cataldo, 136 - Tel. 059/333876 | Aikido, Karate |
| CARPI | |
| Aikido - Via Ramazzini, 1 - Tel. 059/688998 | Aikido |
| Pantheon Club - Via Battisti, 5 - Tel. 059/689368 | Kick Boxing |
| NONANTOLA | |
| Sport Center - Via Wiligelmo, 1 - Tel. 059/548986 | Wu-Shu, Kick Boxing |
| PAVULLO | |
| Energie - Via Leopardi, 5 - Tel. 0536/622985 | Wing Tsun |
| SASSUOLO | |
| Aikido Club - Via Atene, 4 - Tel. 0536/805948 | Aikido |
| SPILAMBERTO | |
| New Heavy Gym - Via Roncati, 22 - Tel. 059/785770 | Kick Boxing, Sanda |
| Geesink 2 - Via Mazzini, 7 - Tel. 059/782331 | Judo |
| VIGNOLA | |
| Palestra Kioshi - Via Mameli, 45 - Tel. 059/763960 | Wu Shu, Sanda, Kick Boxing |

marziale, ha seguito discipline come la "Shootfighting" e la "Submission Wrestling" che rappresentano l'unione dei vari stili marziali.

Le arti marziali, nonostante si diversifichino tra loro, hanno comunque caratteristiche comuni, tutte sono suddivise da un programma didattico ben definito, strutturato gerarchicamente (soprattutto per gli stili più tradizionali) che segue l'allievo dall'inizio del suo cammino accompagnandolo verso una pratica sempre più matura e decisa.

Altra funzione molto importante delle arti marziali è il coinvolgimento interiore di chi le pratica; sono discipline che investono l'allievo anche psicologicamente, avvicinandolo da subito al combattimento, innato nella natura umana, anche se difficile da accettare dall'individuo stesso. Proprio dalla conoscenza di queste sensazioni profonde, funzione delle arti marziali è quello di canalizzare le energie istintive della persona verso obiettivi morali e sociali, lontani dal concetto di violenza.

Le arti marziali anche oggi continuano ad avere una importante valenza educativa nei confronti dei bimbi; il bambino con la pratica marziale acquisisce un equilibrio psico-fisico che lo aiuta a relazio-

narsi con se stesso e con gli altri. In questi ultimi anni l'introduzione dell'avviamento allo sport e del gioco all'interno delle arti marziali ha comportato una netta suddivisione del programma di insegnamento tra gli adulti ed i più giovani. Con il gioco viene alleggerito l'antico e duro insegnamento marziale, si rispettano così le tappe auxologiche dei più giovani aiutandoli nel percorso di crescita.



Una azione di kiek boxuig femminile

Una squadra giovanile di Judo

FESTIVAL DELLE ARTI MARZIALI E DEGLI SPORT DA COMBATTIMENTO

Il 16 marzo 2002 alle ore 21 presso il Palazzo dello Sport di Viale Molza di Modena si rinnova l'appuntamento con le arti marziali modenesi.

Sarà il gran galà degli sport orientali, decine e decine di atleti, i migliori campioni modenesi si esibiranno nelle diverse discipline.

Organizzata da Shoot Team di Modena con il patrocinio del Comune di Modena sarà il modo migliore per conoscere e avvicinarsi a questi sport.