



Coppa Italia Ju Jitsu e Trofeo "Memorial Alberto Alunni" a Foligno



Replica l'ottimo risultato dello scorso anno l'Asd La dolce Arte di Perugia, che nella due giorni di Ju Jitsu svoltasi sabato 16 e domenica 17 Novembre al Palasport Paternesi di Foligno ha conquistato sia la **Coppa Italia CSEN 2019** che la 5° edizione del **Trofeo "Memorial Alberto Alunni"**. Seconda classificata l'Asd Black Belt School dalla Sicilia, terza la Kuden Goshin Ryu del Lazio, quarta l'Asd California Club Arenzano e quinta l'Asd Tegliese, entrambe dalla Liguria.

A conquistare il 2° gradino del podio del Trofeo è stata l'Asd California Club Arenzano (Liguria), seguita da Kuden Goshin Ryu (Lazio), Black Belt School (Sicilia) e Asd Il dojo (Marche).

Passione, divertimento, rispetto e disciplina hanno contraddistinto la manifestazione, a cui sono intervenute 22 Società provenienti da 11 Regioni italiane, per un totale di circa 300 iscritti che si sono sfidati con combattimenti di lotta a terra, atterramenti con proiezioni, gare dimostrative con e senza armi e percorsi per i più piccoli. A partire dai 5 anni e senza limiti di età si sono alternati sui tatami atleti di tutti i livelli nelle specialità di Fighting System, Ne-Waza, Duo Show, Duo System, percorso tecnico, Agonistica, Accademia e Demo Team.

Di rilievo la qualità tecnica mostrata soprattutto nelle competizioni di Coppa Italia, mentre spazio a tutte le tipologie di atleti è stato dato nel Trofeo, organizzato in ricordo del Maestro **Alberto Alunni** fondatore dell'Asd La dolce Arte, uno dei primi ad aver portato il Ju Jitsu in Italia e ad averlo diffuso grazie ad atleti sempre di spicco nelle competizioni internazionali e, allo stesso tempo, ad una particolare attenzione agli atleti più piccoli.

A margine dell'apertura istituzionale della domenica mattina l'Assessore allo Sport del Comune di Foligno, **Decio Barili**, ha dichiarato: "L'Amministrazione comunale è



felice di ospitare una manifestazione di così ampia portata come la Coppa Italia di Ju Jitsu, ben organizzata come sempre da tradizione da CSEN. Lo sport è straordinariamente importante per la crescita dei nostri piccoli e anche per la maturazione di noi genitori, ne abbiamo bisogno per avere un futuro migliore."

"Qui parliamo di eccellenza per quello che riguarda il livello di socializzazione e soprattutto un livello tecnico che prevede il combattimento, dove c'è il contatto fisico, altamente educativo e altamente valido come motivo di crescita" ha specificato invece il Presidente CSEN Umbria **Fabrizio Paffarini**, parlando della tecnica del Ju Jitsu durante la gara.

Alla manifestazione, organizzata dal Settore Nazionale CSEN Ju Jitsu, capitanato dal Responsabile M° **Giuliano Spadoni**, Area Sportiva Agonistica Nazionale, ha presenziato il membro della Direzione Nazionale CSEN, e Presidente CSEN Umbria, **Fabrizio Paffarini** in rappresentanza del Presidente Nazionale CSEN **Francesco Proietti**, l'Assessore allo Sport del Comune di Foligno **Decio Barili**, il Presidente del Comitato Regionale FIJLKAM Umbria **Andrea Arena** e il Delegato FIJLKAM **Giampaolo Magri**.

Sono intervenuti **Claudio Capretta**, Presidente dell'Associazione organizzatrice Club La dolce Arte e fondatore insieme al M° Alunni e i membri della famiglia di Alberto: il fratello **Armando Alunni** e i figli **Diego** e **Luca**, tutti Tecnici CSEN attivi nel portare avanti la diffusione delle Arti Marziali attraverso l'Associazione insieme all'importante lavoro svolto dai Maestri **Valeriano** e **Cristiano Casagrande**.

Al termine dell'evento il Responsabile Nazionale **Spadoni** ha commentato: "In un periodo denso di gare come quello attuale sono felice che ben 22 Società, ormai divenute un gruppo piuttosto coeso per il nostro Settore, abbiano risposto positivamente a quella che è una gara di rilievo Nazionale, nella quale sanno di trovare un'altissima qualità organizzativa" e ha dato a tutti appuntamento per la prossima competizione Nazionale a Savona il 22 e 23 Febbraio 2020, con il Campionato Nazionale CSEN Ju Jitsu 2020.

Stage e Sessioni d'esame di Karate Tradizionale in Addis Abeba (Etiopia)



Il M° **Vincenzo Russo**, Tecnico responsabile del Settore T.K.C. Shotoreigikan (Traditional Karate CSEN), in compagnia dell'Istruttore **Massimo Proietti Panzini**, allievo del M° Russo da oltre trent'anni, l'11 Ottobre prendono il volo per l'Etiopia dove si è svolto uno **Stage tecnico** con sessione d'esame per dan.

Lo Stage si è tenuto dal 12 al 20 Ottobre 2019 in Addis Abeba (Capitale dell'Etiopia) ed ancora una volta si radunano oltre 350 atleti con gradi di cintura nera e marrone.

Grazie al CSEN Nazionale nella persona del Presidente Prof. **Francesco Proietti**, sempre attento e sensibile verso lo sport di tutti e per tutti è stato possibile portare avanti questo progetto iniziato con una decina di persone nel 2008 ed oggi si possono contare circa 400 atleti fra cinture nere e marroni per ogni Stage.

Il Palazzetto dello Sport risultava troppo piccolo per ospitare l'evento a causa del grande numero di atleti, quindi hanno messo a disposizione per lo Stage il grande Complesso Sportivo Ethiopian Youth Sport Academy, in pratica una cittadella dello Sport con un Palazzetto che può ospitare oltre mille atleti. Un particolare ringraziamento va al Ministro dello Sport ed al Presidente della Federazione



EKF (Ethiopian Karate Federation) per la fiducia accordata ed al suo staff Federale molto disponibile ed attento in ogni situazione.

Partire dalle regioni e paesi più lontani significa per il popolo etiope affrontare giornate di viaggio in strade che non consentono di viaggiare con i mezzi a velocità sostenuta come in tanti paesi d'Europa, quindi, con estrema difficoltà raggiungono la capitale per l'evento, inoltre, Addis Abeba si trova a circa 2500 metri di altitudine e questo la dice lunga per chi viene dalla pianura.

L'encomio più grande va agli atleti giunti da tutte le regioni, undici per la precisione, tutti arrivati puntuali e la maggior parte di loro almeno con uno o due giorni di anticipo per non perdere gli allenamenti ed acclimatarsi all'altitudine prima dello Stage.

Una settimana colma di allenamenti tra Kata, Kihon e Kumite è sembrata un lampo. Come sempre gli atleti si sono dimostrati instancabili e attenti, predisposti fisicamente e mentalmente per un'Arte Marziale di tutto rispetto, umili e rispettosi, si sono cimentati per circa quaranta ore totali di allenamento divise in sei ore al giorno tra mattina e pomeriggio con una "pausa pranzo" di un'ora.

Nel corso dello Stage si sono svolti circa 200 esami per dan, una serata intera con l'Istruttore **Massimo Proietti Panzini** per timbrare e firmare i diplomi degli atleti che avevano conseguito positivamente gli esami di grado da primo Dan ed oltre.

