

# **Shibumi Karate, dodici medaglie regionali per i ragazzi dei maestri Frighi e Rosa**

## ***Ottimi risultati a Riano per la squadra del Dojo di Via dei Romani a Latina***

Ancora risultati lusinghieri per lo Shibumi Karate dei maestri Luisa Frighi e Ivan Rosa. La squadra ha partecipato al Campionato Regionale Fesik Lazio Abruzzo Rag/Cad/Jun/Sen/Veterani, gara di kumite individuale e a squadre maschile e femminile presso il Palazzetto dello Sport di Riano domenica 10 marzo scorso.

Il kumite è una delle tre componenti fondamentali del Karate e consiste in un combattimento, utilizzando le tecniche della disciplina con un avversario.

*“Siamo molto orgogliosi della maturità dimostrata dai ragazzi – commentano Frighi e Rosa -, sia dal lato tecnico che da quello umano. Li abbiamo visti cresciuti rispetto allo scorso anno, sicuri di sé e capaci di gestire la situazione in maniera lucida e tattica. I risultati non sono mancati”.*

Dodici le medaglie riportate a casa dalla squadra del dojo di Via dei Romani.

“Quest’ottima prestazione – concludono i maestri – ci darà la carica per il prossimo appuntamento, il campionato nazionale previsto per il 5-6-7 Aprile a Montecatini Terme”.

## **IL MEDAGLIERE DELLO SHIBUMI KARATE**

**Medaglia d’oro** per Claudia Gravina, Andrea Denaro e Helena Scigliano

**Medaglia d'argento** per Chiara De Gasperis ed Elena Teresa Trifan

**Medaglia di bronzo** per Lorenzo Riccioli, Gioele Testana, Ludovica Bove, Jacopo Iannace, Andrea Calabrese, Filippo De Gasperis e Gabriele Scigliano.

---

## **Shibumi Dojo, riprese le attività nella palestra di Via dei Romani a Latina**

Lotta e Grappling, Aikido, Brazilian Jujitsu, Judo, Kick Boxing, Yoga, Pilates, Ginnastica Posturale, Iaido, Qi Gong, Ginnastica Dolce, Stretching, Tai Chi Chuan, Mindfulness: sono riprese a pieno ritmo le attività dello Shibumi Dojo, la palestra di Via dei Romani 7 (zona Largo Ilaria Alpi) a Latina. Uno spazio sospeso immerso nella vita cittadina che offre a tutti, grandi e piccoli, e con qualsiasi preparazione (sia principianti sia di livello avanzato) la possibilità di allenarsi e praticare arti marziali e altri sport con insegnanti super qualificati.

Lo Shibumi Dojo è molto più di una semplice palestra; è un luogo dove l'arte marziale e il benessere si fondono in un'unica esperienza in un ambiente accogliente e inclusivo, aperto a persone di tutte le età e livelli di preparazione, dai principianti ai più esperti.

Ciò che rende unico lo Shibumi Dojo è la squadra di insegnanti altamente qualificati e appassionati, pronti a guidare tutti gli atleti in un percorso di crescita personale attraverso l'apprendimento e la pratica delle arti marziali e delle discipline di benessere. Ogni istruttore è dedicato a fornire

istruzioni di alta qualità e a creare un ambiente sicuro in cui potete sviluppare abilità fisiche, mentali e spirituali.

Oltre ai consueti allenamenti chi pratica questa palestra trova lezioni di maestri di alto grado ospiti del Dojo, stage, incontri periodici interdisciplinari.

Gli agonisti e i praticanti esperti aggiungono sessioni di pratica libera in preparazione delle gare o degli esami di passaggio di grado.

Lo Shibumi Dojo è lieto di accogliere nuovi e vecchi membri, e incoraggia chiunque sia interessato a unirsi alla comunità a farlo senza esitazioni.

Per conoscere il programma completo di corsi, orari e prezzi, visitare il sito web all'indirizzo <https://www.shibumi-doj.com/> o a contattare direttamente al numero 339 42 21 007 per ulteriori informazioni.

Lo Shibumi Dojo è un luogo dove la passione per le arti marziali e il benessere si uniscono per creare un'esperienza unica e gratificante.

---

## **Un titolo mondiale a una Perla di campionessa**

Eccellenze del territorio, il Sindaco incontra la campionessa mondiale di karate Perla Olianas

Il Sindaco Fabio Fucci e l'Assessore Lorenzo Sbizzera hanno incontrato ieri la giovanissima Perla Olianas, campionessa del mondo di karate, in forze presso il club Zentao Karate Malagisi di Pomezia. La diciassettenne pometina ha conquistato

nel gennaio scorso il titolo mondiale per clubs di karate, vincendo 5 incontri, in una competizione che ha visto la partecipazione di 1500 atleti.

“E’ sempre una grande soddisfazione incontrare giovani campioni che portano il nome di Pomezia nel mondo – dichiara il Primo Cittadino – L’impegno, il sacrificio e la passione di chi pratica sport come il karate vanno valorizzati. Mi congratulo con Perla e tutto il team Zentao, con l’augurio che continuino ad arrivare grandi successi”.

---

## **Karate: qualificazioni regionali Fijlkam a Pomezia**

Due domeniche intensamente “lavorative” per il karate laziale della Fijlkam...il 5 ottobre p.v., con inizio gare alle ore 9:00, organizzata dal Comitato Regionale Lazio si svolgerà infatti presso il centro Roman Sport City di Pomezia la fase di qualificazione per il Campionato italiano cadetti di kumite (combattimento).

Gli atleti, della classe d’età 16-17 anni, in possesso della cintura nera, gareggeranno suddivisi in sei categorie di peso per i maschi (60 agonisti, dai 50 ai + 76 kg) ed in cinque categorie per le femmine (25 agoniste, dai 48 ai + 66 kg).I finalisti di tale fase regionale, come da regolamento gare federale, accederanno direttamente alla fase finale nazionale del Campionato, in programma l’1 novembre p.v. al Palapellicone di Ostia Lido. L’edizione 2013 non è stata priva

di soddisfazioni per i colori del Lazio: nella classifica per società maschile, l' ASD Team Karate Ladispoli del maestro Vincenzo Riccardi ha conquistato il secondo posto; in quella femminile, il primo posto al GS Fiamme Oro Roma, il terzo alla Gin Angel di Fiumicino del maestro Walter Maddonni; il quinto, ancora all' Asd Team Karate Ladispoli.

Il 12 ottobre p.v. nella stessa location del Roman Sport Center un'altra fase di qualificazione, quella per il Campionato italiano a squadre sociali, assoluti e giovanili, le cui fasi finali nazionali si svolgeranno ad Ostia, sempre al Palapellicone, rispettivamente nei giorni 25 e 26 ottobre p.v. Anche in questo caso l'edizione assoluti dello scorso anno ha segnato un grande successo delle società del Lazio, con una fantastica "tripletta" in particolare nel femminile: 1° Corpo Forestale Roma, 2° Sport Connection Roma, 3° Mizar Center Fiumicino. *"Queste due giornate di gara – spiega Cinzia Colaiacomo, già plurititolata campionessa della disciplina, da agosto scorso Commissario straordinario del Comitato regionale Lazio, settore karate Fijlkam – rappresentano degli appuntamenti particolarmente significativi: la classe dei Cadetti è quella che potremmo definire agonisticamente come la più "rampante" e costituisce per la sua fascia d'età l'apertura verso il futuro.*

*Un buon risultato colto alla finale potrebbe addirittura dischiudere ad un atleta le porte alla partecipazione agli Europei giovanili di Zurigo nel febbraio 2015. E' vero che l'apposita Commissione nazionale federale sta svolgendo un ottimo lavoro nell'ambito dei seminari dedicati, ma un conto è valutare le caratteristiche e potenzialità di un ragazzo durante dei raduni, un altro conto valutarle nelle competizioni, da cui escono caratteristiche determinanti ai fini di un risultato, quali il temperamento e la*

*determinazione. Il campionato a squadre, sia giovanili che assoluti, è d'altro canto a mio avviso la competizione più bella in assoluto, caratterizzata da una grande intensità: l'unione fa la forza, come si dice, e la forza del team è tale che anche gli atleti meno dotati quando gareggiano assieme ai compagni riescono a tirar fuori il meglio di se"...*