

# Shorinji Kempo news

**Editore:** F.I.S.K.  
**Direttore:** Casalnovi Giacomo

**Disegni e foto:** Federazione Italiana Shorinji Kempo  
**Mail:** redazione\_generale@shorinjikempo.it

**F.I.S.K. Web:** www.shorinjikempo.it  
**W.S.K.O. Web:** www.shorinjikempo.or.jp/wsko



SHORINJIKEMPO

## CONTATTI

Responsabile Ufficio Stampa  
Sig. Casalnovi Giacomo

## Redazione Generale:

redazione\_generale@shorinjikempo.it

[www.shorinjikempo.it](http://www.shorinjikempo.it)

## “GIAPPONE 2010” - Parte 1



### **Do. 14 Mar 2010**

L'appuntamento è a Malpensa.

Alle 11:25 decolleremo per Tokio. Ci arriveremo via Helsinki dopo circa 14 ore e mezza di viaggio. Ma l'esperienza inizia ora ed è come entrare in un dojo quando ci scambiamo gassho rei davanti alla postazione di check-in della Finnair.

C'è ovviamente Carugati Sensei. E poi ci sono Giacomo Casalnovi, Davide Incerti, Francesco Mancuso, Fabio Paracchini e il sottoscritto – prima volta in Giappone e grado più basso di tutti col mio 1° dan.

### **Lu. 15 Mar 2010**

Da Tokio a Tadotsu il viaggio è lungo, ma le eccezionali ferrovie giapponesi sono all'altezza della loro fama. E' veramente un viaggio dal centro alla periferia, da una delle città più moderne, convulse e tecnologiche del mondo ad una cittadina nata piccolo borgo di pescatori ed ora “cittadona” portuale suburbana.

Ma Tadotsu è la meta e per un kenshi che ha intrapreso questo viaggio il vero centro d'interesse è lì.

Alloggiamo al Ryokan Kotobuki. Non è una reggia ma contribuisce a farci sentire kenshi e non turisti con la sua essenzialità a volte un po' eccessiva, ma comunque tutta giapponese. (segue)

### **Sommario:**

Giappone 2010	1
“ “	2
Allenamento Terme Premia	3
Cambio giorni allenamenti Dankenshi NORD	4



### Ma. 16 Mar 2010

Assicuro qualunque kenshi di Shorinji Kempo, per quanto disincantato, che la salita alla collina dell'Honbu, l'ingresso dal portale principale, l'attraversamento del giardino e ogni passo successivo nella sede centrale della nostra disciplina configura un'esperienza emozionante ed intensa.

Definirei "intensa" anche la nostra situazione, una volta compresa: nella settimana di seminario di studio da noi prescelta ci siamo noi sei Italiani, poi ci sono due ragazzi svedesi e per il resto qualcosa come quattrocento studenti universitari da tutto il Giappone.

Si percepisce chiaramente l'intensa azione formativa esercitata dallo Shorinji Kempo nel mondo universitario giapponese e la full-

immersion, almeno per quanto mi riguarda, una volta suddivisi per gradi, è certamente "intensa".

### Me. 17 Mar 2010

Non è proprio il caso di perdersi in descrizioni tecniche relative al grosso lavoro di studio dello Shorinji che abbiamo fatto in quei giorni. E' evidente che si tratta di esperienze da vivere e da raccomandare.

Parlarne e ancor di più scriverne non è utile a nessuno e rischia di sminuirne l'interesse.

Nel tardo pomeriggio, finite le lezioni ufficiali e durante il successivo allenamento libero, ho il primo sentore della squisita ospitalità dei Maestri dell'Honbu nei nostri confronti: diversi di loro ci avvicinano e si rendono disponibili alle nostre domande.

*(segue sul prossimo numero!)*



## Allenamento alle Terme di Premia

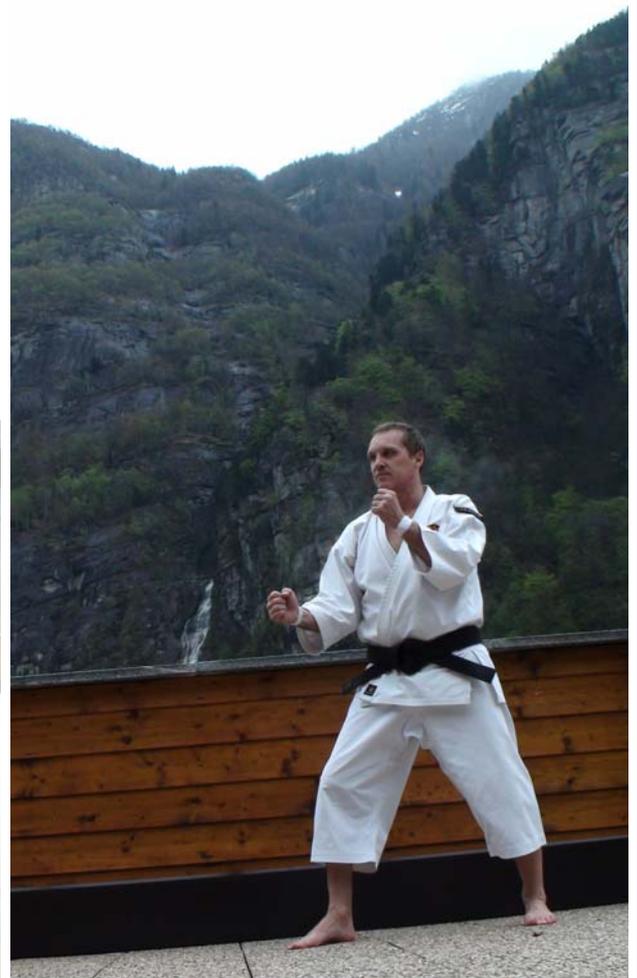
Il giorno 1 maggio 2010 si svolse un allenamento speciale alle Terme di Premia. l'evento fu organizzato da Sensei Carugati e Milano Branch. Partecipò all'evento anche la S.A Lago Maggiore.

Alle ore 10.30 iniziò l'allenamento in una palestra del centro termale. l'allenamento di basò sullo studio di tecniche si Juho e Goho, seguita da una dimostrazione di Kumi Embu e dal ripasso di tecniche "ostiche" per ogni kenshi presente. A fine allenamento i partecipanti passarono qualche ora nelle piscine del centro termale per rilassarsi dopo l'allenamento.

in seguito pranzarono nel ristorante di fronte al centro termale. il pranzo si svolse in armonia e allegria con piatti tipici deliziosi.

Con il ringraziamento dei partecipanti per l'organizzazione dell'evento e per la splendida giornata, con il rammarico di tutti terminò l'evento.

Irene, Milano Branch



Giugno 2010 Anno 8. Numero 3

Tutte le fotografie e i loghi sono di proprietà dei Comitati Interregionali e della F.I.S.K.

Se qualcuno avesse suggerimenti, articoli o volesse partecipare con foto, inserzioni può contattare le redazioni di competenza oppure inviare una mail alle stesse.

Aosaka Sensei & Maehara Sensei →

[www.shorinjikempo.it](http://www.shorinjikempo.it)



## Cambio giorni allenamenti Dankenshi per il Comitato Interregionale NORD ITALIA

Avvertiamo tutti i kenshi del comitato Interregionale Nord Italia, che gli allenamenti per Dankenshi previsti negli scorsi anni per il sabato pomeriggio, sono stati anticipati a TUTTI i sabato mattina, tranne durante i giorni in cui vi saranno feste comandate.

Per cui c'è la possibilità di allenarsi ogni settimana dalle **10.30** fino alle **12.00** presso:

**Palestra Comunale**  
Via Monti, 3  
22070 - Cassina Rizzardi (COMO)

Gli allenamenti con lo Shaku-Jo saranno compresi in questi allenamenti.