

# Shorinji Kempo news

**Editore:** Federazione Italiana Shorinji Kempo  
**Direttore:** Brunati Mauro.

**Disegni e foto:** Federazione Italiana Shorinji Kempo  
**Tel. :** +39.338.3405882

**F.I.S.K. Web:** www.shorinjikempo.it  
**Mail:** redazione\_generale@shorinjikempo.it



**SHORINJIKEMPO**

## REDAZIONI

Res. Uff. Stampa Sig Mauro Brunati

**Redazione Nord:**  
Sig.ra JESSICA ALBERICI

redazione\_nord@shorinjikempo.it

**Redazione Centro:**  
Sig.ra FRANCESCA ROSSI

redazione\_centro@shorinjikempo.it

**Redazione Sud:**  
Sig.ra LETIZIA SCULLI

redazione\_sud@shorinjikempo.it

## *Cronaca del Taikai Europeo: Norcia 2007*

Per la prima volta nella storia dello Shorinji Kempo il Taikai Europeo si è svolto in Italia, più precisamente a Norcia, un paesino rinomato dell'Umbria, il cuore dell'Italia. Chi è capitato a Norcia in quel periodo, ha scoperto che, oltre ai salumi di vario tipo, ai funghi e al magnifico paesaggio, si possono fare degli incontri particolari non usuali: infatti, nei tre giorni dello stage le vie di Norcia si sono popolate di ben 563 persone in più (tanti sono stati i partecipanti) che sfoggiavano magliette di vari colori secondo la propria nazionalità e che passavano tra le "norcinerie, mentre si recavano agli allenamenti o nei luoghi dove si svolgevano le varie attività. E già le attività! I tre giorni dello stage europeo sono stati caratterizzati da molti eventi che hanno reso le giornate intense e fitte d'impegni. Sono qui per descrivere nel modo migliore questo stage, a modo di cronaca, sperando di riuscire nell'intento di rendere questa cronaca "viva", facendo rivivere a chi c'è stato, le stesse emozioni e a chi non ha potuto esserci, per vari motivi, di sentirlo come se fosse lì.

### **1° giorno: venerdì 22/06/2007** **ARRIVO A NORCIA DEI PARTECIPANTI**

Alle 11.30 la macchina organizzativa dell'accoglienza era già pronta a sostenere ed organizzare il flusso delle persone in arrivo a Norcia: sei pullman sarebbero partiti da lì a poco alla volta della città, principal-

mente dagli aeroporti di Roma e tutti gli altri partecipanti, sarebbero giunti con mezzi propri. All'entrata dell'Hotel Salicone (albergo principale situato proprio alle porte di Norcia), muniti di tavolini, schede, programmi, mappe e t-shirts colorate, i ragazzi dell'organizzazione hanno smistato i kenshi e dato loro le indicazioni degli alloggi e dei vari appuntamenti previsti da lì alla fine della serata.

Già alle 19.00 era previsto, infatti, il sorteggio per il Taikai europeo che si sarebbe svolto il giorno dopo: massimo tre rappresentanti per nazione, recandosi presso il palasport Salicone, hanno sorteggiato dalle urne i numeri d'uscita dei partecipanti nelle varie categorie previste, competitive e dimostrative, ciascuno per la propria nazionalità. Il tutto si è svolto puntualmente entro le 20.00 ore della cena.

### **INCONTRO CON LE AUTORITÀ**

Il presidente WSKO So Yuuki, Aosaka Sensei ( il massimo rappresentante WSKO in Europa), la delegazione degli insegnanti giapponesi, tutti con alte cariche tecniche e amministrative, europee e mondiali: Mizuno Sensei, Sanada Sensei, Mukaida Sensei, Maehara Sensei, Tamamura Sensei e infine Kuramoto Sensei). I rappresentanti di ciascun gruppo nazionale sono stati ricevuti dal Sindaco di Norcia e da altre autorità locali presso la sala comunale della città situata nella piazza principale, quella di San Benedetto.

L'incontro ha voluto in qualche modo sancire, la benevolenza della città di Norcia per quest'evento, rilevata da una fortunosa coincidenza: San Benedetto (la cui statua si erge nella piazza fulcro e cuore della città stessa) è il protettore della città, ma è anche il santo patrono dell'Europa e quindi non poteva esserci connubio migliore fra l'evento e il luogo in cui si sarebbe svolto.

### **LA CERIMONIA DI APERTURA**

L'appuntamento centrale della giornata di venerdì è stata sicuramente la cerimonia d'apertura. Il lavoro che è stato fatto per la sua realizzazione, richiederebbe un racconto a parte e non si addice ad una cronaca nel vero senso della parola e chissà che non mi venga in mente di scrivere qualcosa anche su quest'argomento! Innanzi tutto la scelta delle magliette, vale a dire un colore per ogni nazione, ha in qualche modo ispirato l'idea di questa cerimonia. Pensare ad una piazza piena di persone, di colori, di bandiere e di musica e pensare all'effetto che tutto questo insieme di cose avrebbe creato sotto la luce delle stelle e della luna nella piazza, ha reso più facile l'ideazione di tal evento e anche la sua realizzazione.

Dopo cena, in piazza, sul balcone del comune So Yuuki, Sensei Aosaka, e tutti i Sensei Giapponesi hanno assistito dall'alto alla cerimonia:

... segue a pag. 2

## **Sommario:**

<i>Cronaca del taikai europeo: NORCIA 2007</i>	1
<i>Cronaca del taikai europeo: NORCIA 2007</i>	2
<i>Embukai Interregionale Comitato Sud</i>	3
<i>Embukai Interregionale Comitato Nord</i>	3
<i>Centro Asteria</i>	3
<i>Cronaca del taikai europeo: NORCIA 2007</i>	4

## ***CRONACA DEL TAIKAI NORCIA 2007***

.....*continua* hanno visto i kenshi italiani mano nella mano abbracciare la piazza di Norcia a formare un cerchio azzurro, e innalzarsi da quest'ultimo le dodici grandi stelle a rappresentare simbolicamente l'Europa dello Shorinji Kempo; hanno visto sfilare le varie nazioni con i loro partecipanti accompagnate dai propri inni, quindi Giappone per prima (10 partecipanti), Argentina (ospite d'eccezione a questo Europeo con due partecipanti), Finlandia (26), Francia (47), Germania (26), Inghilterra (34), Portogallo (39), Russia (12), Spagna (55), Svezia (17), Svizzera (17), Ucraina(5), e poi in ultimo l'Italia. Tutte al centro della piazza accanto alla statua di San Benedetto le delegazioni hanno atteso l'entrata di due cerchi umani (48 kenshi italiani), uno nero e uno rosso ( i colori delle magliette indossate dai kenshi), che si sono posizionati al centro prima separati e poi si sono uniti a formare il simbolo dello Shorinji Kempo ( i due cerchi ovali intersecati). A questo punto la cerimonia è entrata nel cuore, il presidente della WSKO, Sosai, e il presidente della federazione europea, Sensei Aosaka, sono scesi dalla balconata e si sono recati presso un braciere già in precedenza allestito e messo a disposizione dal comune di Norcia, tramite il quale si sarebbe dato inizio al Taikai. Infatti, una torcia accesa era già in viaggio verso la piazza portata a staffetta dai "tedofori", chiamiamoli così, che all'entrata della piazza hanno consegnato la torcia ad un kenshi che portava sulle spalle una bambina (personificazione del Gyo), il quale presa la torcia l'ha consegnata a Sosai e Aosaka S. che hanno acceso la fiamma. Poche parole del Presidente e il Taikai ha avuto ufficialmente inizio. Ma non è ancora finita! Altre 24 persone entrate nella piazza hanno dato vita alla parte finale della cerimonia. Con magliette colore verde acceso, 12 kenshi da una parte del doppio zero e altri 12 dall'altra hanno formato rispettivamente un due e un sette. Il simbolo dello Shorinji kempo diventava un 2007. In conclusione la piazza vedeva al centro la statua di san Benedetto, ai suoi lati c'erano tutte le nazioni in fila con bandiera e maglietta d'appartenenza, il braciere acceso, e subito sotto la statua di San Benedetto 48 kenshi a rappresentare 2007, in cui i due zeri al centro s'intersecavano ad emulare il simbolo dello Shorinji Kempo. Tutto quanto si è concluso naturalmente al termine della musica di sottofondo e degli applausi, con lo scioglimento delle righe e

quindi con il "caos": la piazza si è riempita di colori e la confusione e il parlottare tra i kenshi ha preso il posto della musica. Ogni gruppo ha poi deciso di continuare la serata a modo proprio, chi passeggiando, chi si è infilato in qualche bar o pub e ha tirato fino a tardi e chi ha preferito andare a dormire per stare in forma per la gara del giorno dopo.

**2° giorno Sabato 23.06.2007**

### TAIAKI EUROPEO

Tutti pronti la mattina alla 9.00 al palazzetto del Salicone il più grande delle quattro strutture messe a disposizione per gli allenamenti, sia i kenshi partecipanti sia gli spettatori che seduti sugli spalti muniti di telecamere e macchine fotografiche, si accingevano ad immortalare l'embu preferito. I quadrati sono tre, 5 giudici per ogni gruppo di competizione o presentazione, un tabellone per ogni quadrato in cui è riportato alla fine del giudizio il punteggio della prova (suddiviso per espressione, accuratezza, penalità eventuali e punteggio totale), un cronometrista, un addetto alla preparazione delle varie coppie, insomma tutto come previsto dal regolamento ufficiale di un Taikai. In più per rendere più chiaro agli spettatori non addetti ai lavori cosa succedeva, l'organizzazione ha allestito un pannello sul quale a mano a mano che si esibivano le varie categorie era proiettata e aggiornata la classifica della categoria in corso. Insomma un gran lavoro tecnico, mezzi tecnici di tutto rispetto messi a disposizione e soprattutto un gran numero di persone addestrate da tempo che hanno permesso di realizzare in modo chiaro ed efficace un evento così importante! Infatti, conti alla mano per ogni quadrato c'erano oltre ai 5 giudici ufficiali, 4 persone (kenshi non partecipanti alla competizione) non giudicanti, a cui si aggiungevano i tecnici dei computer e delle riprese, insomma un signor ingranaggio opportunamente oleato.

La competizione ha inizio, le coppie o i trii si esibiscono. Le categorie competitive sono tante e si svolgono sui tatami laterali: dai primi ai quarti dan e superiori maschili, kyu kenshi maschili e femminili, dai primi ai secondi dan e oltre femminili; poi ci sono le due categorie miste uomini e donne (kenshi e dan).

Dopo le categorie competitive, si sono esibite sul tatami centrale, quelle di presentazione: la

categoria bambini, la categoria padri e figli, quella marito e moglie, i randori, i kumi embu tanen e i dantai embu, ciascuna con la propria classifica per cui, però non è stata prevista la premiazione con le medaglie. Il tutto si è svolto all'interno della mattinata, ogni kenshi ha dato il meglio di sé, ogni giudice ha valutato in modo imparziale, perché anche se questa non è un'olimpiade e non pretendeva di esserlo, ogni partecipante si cimenta nella gara con un grande spirito che non prevede alcuna velleità di vittoria sugli altri partecipanti ma che implica unicamente lo scopo di dimostrare a se stessi di essersi allenato tutto l'anno, per esibirsi in questo giorno e di esserci riusciti senza grandi sbagli: se poi arriva la medaglia ancora meglio! L'embukai termina con il discorso del presidente della WSKO, che si è complimentata con tutti. E dopo un tale fatica si va a pranzo!

### SESSIONE DI STUDIO

Dopo il taikai europeo lo stage prosegue linearmente con le varie sessioni d'allenamento. A tale scopo sono stati messi a disposizione oltre al palazzetto del Salicone altre due strutture, in modo da separare il più possibile gli allenamenti secondo i gradi: il sistema prevedeva che a rotazione i vari gruppi di grado (dai minarai kenshi ai dan superiori) si allenassero nei tre palazzetti e che a rotazione anche i Sensei fossero a disposizione dei vari gruppi di grado. Ovviamente ogni sessione d'allenamento prevedeva un programma di tecniche che sia i Sensei sia i Kenshi conoscevano perché distribuito ad inizio stage e disponibile già da qualche giorno prima del suo inizio, sul sito ufficiale della federazione italiana. È chiaro che in corso d'opera qualche variazione sul programma è sempre prevista e tollerata come ogni stage che si rispetti! A fine allenamento, alle 18.00, ogni kenshi era libero di trascorrere il resto della serata come meglio credeva. Chi andava a riposare, chi si rilassava in piscina, chi passeggiava, chi andava a compere ect, ect. La serata prevedeva che dopo cena, tutti i partecipanti venissero a fare il tifo per la propria squadra, o la loro squadra preferita perché per non rimanere a digiuno, anche quest'anno è stato organizzato il torneo di calcetto, Europeo però!

.....*continua a pag. 4*

## Embukai Interregionale Comitato Sud

Tradizionale incontro per il Comitato Interregionale Sud Italia quello avvenuto domenica 06 Maggio 2007 nel nuovissimo impianto sportivo di Gravitelli nella città di Messina. Numerosi atleti di ogni età, sesso e grado si sono cimentati nelle diverse categorie di gara giudicati da arbitri con una ormai decennale esperienza arbitrale coadiuvati da un nutrito staff di collaboratori al tavolo. La manifestazione ha avuto inizio alle 9:30 con la valutazione degli embu preparati dai numerosi kenshi della children'division nelle categorie embu sotai, embu tanen e randori. Questa prima fase dell'embukai interregionale si è conclusa con la premiazione dei bambini con medaglie per i primi classificati fino al quarto posto. Dopo di che si è passati alla seconda parte dell'embukai con la valutazione degli embu sotai, tanen e dei randori preparati dagli

adulti, iniziando dalle categorie riservate ai Kyu kenshi per concludere con le categorie superiori, quelle per Dan kenshi. Tutto si è svolto in un clima di tranquilla collaborazione sotto gli occhi degli spettatori intervenuti per assistere alla manifestazione, la quale è stata anche un banco di prova per i kenshi che tra poco più di un mese parteciperanno all' Embukai Europeo di Norcia. Il Comitato Interregionale Sud Italia ha la possibilità, in base alle classifiche nazionali, di poter partecipare all' importante manifestazione con ben 2 coppie nella cat. 3 Dan (Marchetti-Fazio e Di Novo-Forestieri), 1 nella cat. 3 Dan e oltre Femminile (Sculli-Zucco), 1 nella cat. 2 Dan (Sidoti-Totaro), 1 nella cat. 1 Dan (Ascari-Ieni), 1 nella cat. 1 Dan Femminile (Gugliandolo-Munaò), 1 nella cat. Kyu Kenshi

Femminile (Tidona-Comunale), 1 nella cat. Dantai Embu (Oteri-Ingemi; Imbesi-Cannata; Denaro-Gambardella), 1 nella cat. Embu Tanen (Gambardella), 1 nella cat. Randori (D'Angelo-Sgroi-Denaro), 1 nella cat. Uomini e donne Dankenshi (Anania-Mazzeo), queste ultime tre categorie fuori gara, per un totale di undici coppie impegnate in gara e tre fuori gara.

Concludendo non mi resta che augurare a tutti i partecipanti dell' Embukai Europeo di qualsiasi Nazione, un grosso in bocca al lupo...e che vinca lo spirito di rispetto reciproco e di collaborazione che rendono unico lo Shorinji Kempo.

**Angela Zucco  
Messina Branch**

## Embukai Città di Lecco

Nel pomeriggio di sabato 26 maggio si è tenuto l'Embukai della città di Lecco: l'evento ha purtroppo visto la partecipazione di pochi kenshi, sia per le presenze in generale che per quanto riguarda le coppie di kumi embu.

Erano però presenti quasi tutti i Sensei del nord Italia che hanno contribuito alla buona riuscita dell'evento, ognuno a suo modo, arbitrando i kumi embu, facendo taisho o kihon, o curando l'organizzazione. L'allenamento è stato aperto con chinkon, per favorire il raggiungimento dello stato di ken zen ichinyo e quindi il giusto livello di concentrazione; hanno seguito una fase di riscaldamento, il taisho, e l'esecuzione delle basi, gli hokei, durante il kihon, tenuto da Sensei Maurizio Carugati (5°

Dan Daikenshi, Milano Branch). Terminata questa "prima fase" si è passati all'embukai vero e proprio. Per alcune categorie era presente una coppia sola, mentre i più numerosi sono stati i dan kenshi, e i kumi embu sono stati eseguiti tutti so tai; purtroppo si è visto un solo kumi embu tanen, presentato da un kyu kenshi. Il pomeriggio è durato meno del previsto proprio per le poche partecipazioni, un peccato visto che si è persa un'occasione per praticare Shorinji Kempo e che questo Embukai serviva anche alla qualificazione per quello europeo di questo giugno, che si terrà a Norcia. Inoltre l'Embukai è molto più di una "gara": il kumi embu serve infatti principalmente come allenamento (anche per i randori) e come modo per

applicare le tecniche studiate. Senza contare che sono molti gli aspetti da tenere in considerazione sia durante la creazione del kumi embu, sia durante il suo sviluppo e la sua esecuzione, ed è secondo me il momento in cui gli insegnamenti filosofici e quelli pratici dello Shorinji Kempo si fondono.

La sintonia che deve crearsi tra i due kenshi può essere vista come la sintonia che ricerchiamo tra mente e corpo, teoria e pratica di questa disciplina.

**ALBERICI JESSICA**

## DIMOSTRAZIONE CENTRO ASTERIA

Sabato 2 giugno si è svolta una piccola manifestazione per promuovere le arti marziali presso il "Centro Asteria" di Milano, sede di Milano Sud Branch (Sensei Leandro Pisanello). I responsabili del centro hanno chiesto a Sensei Pisanello la disponibilità di una delegazione di kenshi disposta ad eseguire delle dimostrazioni e a dare spiegazioni al pubblico su quello che è lo Shorinji Kempo. Erano presenti oltre a Sensei Pisanello

altri tre Branch Master: Sensei Maurizio Carugati (Milano Branch), Sensei Giuliano Cominardi (Cassina Rizzardi Branch) e Sensei Giovanni Valentino (Pavia Branch). Nell'attesa che il pubblico arrivasse, abbiamo approfittato della disponibilità dei Branch Master presenti per fare un "piccolo" allenamento, durato dalle 19.30 alle 22.30. Abbiamo chiesto ai Sensei la spiegazione di moltissime tecniche e loro ci hanno illustrato i diversi modi di

farle: è stato molto divertente poter praticare direttamente con loro! Durante questo allenamento abbiamo eseguito tutti insieme i primi quattro hokei, poi Sensei Pisanello e il sig. Marco Piron hanno eseguito uno spettacolare Kumi-Embu. Il pubblico è rimasto davvero molto soddisfatto e ci ha ricambiato con calorosi applausi.

**Alberici Jessica**

Giugno 2007 Anno 5. 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.

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

*“Voi tutti sapete che il Kongo Zen è il movimento che ha come scopo il miglioramento della gente, dando loro uno scopo e la gioia, fornendo un modo di vita che voi stessi potete seguire.”*

*So Doshin*

## **CRONACA DEL TAIKAI NORCIA 2007**

### **TORNEO DI CALCETTO**

La partita è unica ed in notturna, alle 22.00, perché purtroppo nonostante il cospicuo numero di nazioni partecipanti solo Italia e Spagna hanno aderito all'iniziativa. Quindi il torneo è subito passato alla finale. Ma non importa! Il campo di calcetto era quello di Norcia nel centro sportivo subito sopra il palazzetto del Salicone, l'erba verde perfettamente tagliata, le strisce regolamentari ripassate a nuovo e per atleti e tifosi la serata è passata allegramente. E non ha nessun'importanza il fatto che l'Italia ha vinto alla grande!

### **3° giorno: domenica 24.06.2007**

#### **SESSIONI DI STUDI**

Sia la mattina che il pomeriggio il programma prevede gli allenamenti di ciascun gruppo nella propria struttura e con il proprio Sensei come previsto dal programma. Non credo che farei cosa gradita a raccontarvi per filo e per segno le varie tecniche, sarebbe noioso e inutile perché chi ha partecipato allo stage sa cosa ha fatto e cosa ha visto e per i non addetti ai lavori sarebbe solo una lista di nomi giapponesi incomprensibili. vi assicuro però che in queste occasioni ogni kenshi ha modo di vedere tecniche nuove mostrate e tirate da Sensei che non hanno mai visto o che vede tirare solo in queste occasioni, ma anche tecniche già note ma applicate da altri Sensei che assumono connotati diversi. Questo non per sminuire il lavoro che fanno i singoli Sensei tutto l'anno all'interno dei propri gruppi, ma lo Shorinji Kempo si fa così, ogni particolare di una tecnica deve essere colto con attenzione da ogni singolo kenshi da tutti i Sensei che può incontrare e che gliela mostrano, alla fine si mettono insieme i pezzi e si migliora, si migliora e ancora si migliora: un po'

come va la vita! Ecco quindi a parte la pausa pranzo la giornata di domenica si è svolta così a provare tecniche con nuovi compagni per tutto il giorno. Lo stage stava volgendo al termine, la ciliegina sulla torta era prevista in serata, dopo cena con la premiazione e la cerimonia di chiusura.

#### **PREMIAZIONE E CERIMONIA DI CHIUSURA**

Ovviamente anche la fase finale dello stage non poteva che svolgersi in Piazza San Benedetto. Dopo la cena intorno alle 21.30 il Presidente della WSKO seguita da tutti ha aspettato la torta in piazza, che è arrivata non da sola ma accompagnata da musica suonata da cittadini di Norcina vestiti di tutto punto con abiti d'epoca e caratteristici, dotati di tamburi, trombe e quanto altro. La musica che accompagnava l'enorme torta somigliava ad una marcia o meglio forse ad un'allegria musica molto ritmata e orecchiabile. La gente intorno alla tavolata allestita per il taglio della torta si affacciava incuriosita, ovviamente hanno avuto la meglio i più alti ( ad esempio i tedeschi e gli svedesi..), io come tanti altri ho solo potuto immaginare cosa succedeva. La festa sarebbe proseguita sul palco dove sarebbero avvenute le premiazioni. Non sto qui a fare la lista dei premiati, anche perché sul sito web sono già presenti e visionabili i risultati della gara. Posso dire sicuramente che ciascuna Nazione ha dato il suo contributo e può ritenersi soddisfatta e credo in tutta sincerità che i kenshi e tutti gli spettatori hanno visto veramente delle ottime cose!

Sul palco a premiare gli atleti c'era So Yuuki che sempre sorridente ha stretto la mano a tutti i premiati. Per ciascuna categoria era prevista la

premiazione dei migliori tre e accanto al palco al momento della premiazione su un pannello erano proiettate alcune fasi delle varie sequenze degli embu vincitori. La serata è proseguita in discoteca e chi ha potuto si è scatenato. C'è chi non ha voluto però tirare fino a troppo tardi perché per tutti l'indomani ci sarebbe stato il trasferimento organizzato a Roma e il rientro nei propri paesi d'origine...

Lo stage è terminato così! Devo dire che raccontare e rendere l'idea di ciò che è successo in questo stage europeo non è facile, per me e per tutte le altre persone che hanno lavorato su questo evento già dall'anno scorso e l'hanno pensato in ogni particolare e reso concretamente e spiegarlo in poche righe risulta assai riduttivo. È stato un gran lavoro, il cui unico scopo era quello di far star bene tutta questa gente che è arrivata fino a Norcia per lo stage, per lo Shorinji Kempo. Io che pratico da tanti anni non finisco mai di sorprendermi, quando vedo cosa fa lo Shorinji Kempo alle persone. Sacrifichiamo le nostre cose, ( amici, tempo per noi, ferie, soldi..) per stare insieme ed allenarci, faticando, mettendo a dura prova i nostri polsi, ma alla fine siamo contenti. I kenshi che hanno partecipato, mentre tornavano a casa erano contenti di esserci stati, di essersi allenati con persone nuove e di aver brindato con gente che non parlava la loro stessa lingua.

Anch'io lo sono stata.

**Francesca Rossi**  
**Firenze Branch**