



Anno IV - N° 63 - 15 Novembre 2016

# CSeNews

MAGAZINE UFFICIALE QUINDICINALE ONLINE - WWW.CSEN.IT - REDAZIONE@CSEN.IT

## TORNEO NAZIONALE PALLANUOTO

IN QUESTO NUMERO

-  Pallanuoto: Torneo Nazionale
-  Csenequitazione a Fieracavalli
-  Il Judo omaggia Mario Pappagallo
-  Umbria: Campionato Regionale Karate
-  Memorial Carlini a Quiliano
-  Taekwondo: show a Catania
-  Massa Martana: Judo protagonista
-  In Piemonte spopola il Karate
-  Calabria in Motion 5
-  Boom per il minicross
-  Roma: Henrika Zanchetti Presidente
-  Francesca Baldi racconta il Comitato di Ravenna

- 1 Editoriale
- 2 Campionato Nazionale di Pallanuoto a Terni
- 3 Csenequitazione alla Fieracavalli di Verona
- 3 Stage di Cinofilia da Soccorso a Livorno
- 3 Finale Campionato di Agility Dog ad Alviano
- 4 1° Trofeo di Judo Memorial Mario Pappagallo a Roma
- 4 Campionato Regionale di Karate in Umbria
- 5 25° Venice Cup 2016 a Caorle
- 5 Stage di Karate Shotokan con il M° Vincenzo Figuccio ad Omegna
- 5 Stage Nazionale di Kali Kalasag a Roma
- 5 2° Venetian Cup European Open a Montebelluna
- 6 42° Campionato del Mondo Sports Chanbara in Giappone
- 6 7° Memorial "Walter Carlini" a Quiliano
- 7 Stage Tecnico Nazionale di Difesa Personale a Roma
- 7 Cultural Exchange di Taekwondo a Catania
- 7 Promotion in Gabbia a Foligno
- 7 32° Campionato Nazionale di Judo a Foligno
- 8 3° Trofeo Nazionale di Judo Città di Massa Martana
- 8 Aggiornamento Arbitrale Settore Judo CSEN Veneto
- 9 Progetto Araba Fenice - Corso di Difesa Personale per Operatori Sanitari
- 9 Stage di Difesa Personale a Pomezia
- 9 1° Trofeo di Judo Città di Francavilla al Mare
- 10 Seminario educativo a l'Aquila
- 10 Corso di Difesa Personale Femminile a Gattinara
- 11 Stage di Taekwondo ITF a Paternò
- 11 Stage Multidisciplinare a Codroipo
- 11 Campionato Nazionale di Karate e Sport Integrato a Fidenza
- 12 Calabria in Motion 5
- 12 Corso di Sopravvivenza base a Norcia
- 13 Cresce il vivaio Minicrossistico tra CSEN e FMI
- 13 Corsi di Formazione Guida MTB a Candelo
- 13 1° Trofeo XC dei Vigneti a Polignano a Mare
- 14 Un nuovo Presidente alla guida del Comitato Provinciale di Roma
- 14 Convegno Internazionale di Ayurvedica a Roma
- 15 Intervista a Francesca Baldi Presidente CSEN Comitato di Ravenna



“L'avvenire è la porta,  
il passato ne è la chiave”

*Victor Hugo*

Il nuovo anno sportivo come detto in precedenza, si è aperto sotto i migliori auspici e l'incessante attività del CSEN continua ad entusiasmare il mondo sportivo italiano. In questi giorni, tra le numerosissime manifestazioni di questo autunno sportivo una in particolare voglio menzionare non tanto per l'incredibile successo in termini di partecipazione quanto per il particolare valore morale che ha portato con sé: il Memorial Mario Pappagallo. A Velletri infatti il settore Judo ha voluto onorare la memoria del compianto Mario Pappagallo, Vicepresidente Nazionale e Presidente del Comitato di Roma scomparso la scorsa primavera. Figura importantissima all'interno del nostro Ente che ha lasciato un'importante eredità morale ed etica subito raccolta da chi aveva condiviso con lui la magnifica esperienza del CSEN. Il recente congresso elettivo del Comitato di Roma, infatti, ha confermato per partecipazione ed analisi del Comitato come lo staff dirigenziale che si è trovato a colmare il vuoto creato dalla mancanza di Mario Pappagallo abbia saputo prontamente seguire le orme da lui tracciate e come oggi lo stesso Comitato sia più vivo che mai, accresciuto nei numeri e nelle attività e proiettato nel futuro con il convinto sostegno delle sue affiliate. L'elezione a Presidente all'unanimità di Henrika Zanchetti, storica collaboratrice del Comitato romano, da parte di più di 400 associazioni presenti è quindi forse il più grande omaggio alla persona del Vicepresidente Nazionale.





## 1° TORNEO NAZIONALE DI PALLANUOTO CITTÀ DI TERNI

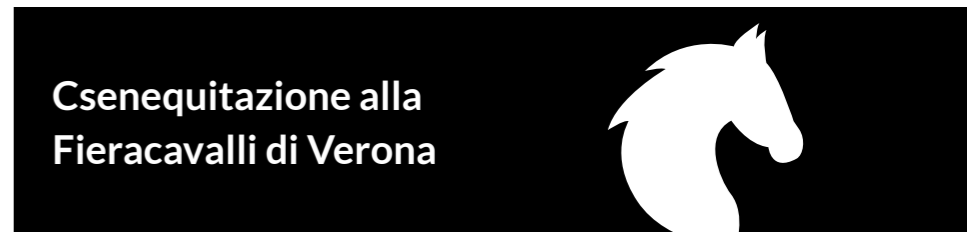


**S**i è svolto il 13 Novembre il 1° Torneo Nazionale Città di Terni - cat. under 15, manifestazione che ha visto la partecipazione di 10 squadre provenienti da Umbria, Lazio e Campania nella splendida cornice dell'impianto Piscine dello Stadio di Terni, con la collaborazione organizzativa della Soc. Itlica. La giornata è stata una "maratona" pallanuotistica, ben 22 partite senza sosta dalle 8.30 alle 19.30 hanno impegnato gli oltre 150 atleti presenti, ma si sa i pallanuotisti hanno una marcia in più. Partite molto belle e combattute hanno visto quasi subito emergere quelle che sarebbero state le squadre finaliste. Una tifoseria mai doma ha incitato i ragazzi in acqua con cori e striscioni, dando vita ad uno spettacolo nello spettacolo. Il Tyrsenia si è aggiudicato il gradino più alto del podio, imbattuta per l'intero Torneo; appena dietro la Splash Nuoto, anch'essa imbattuta nelle qualificazioni, piegatasi solo alle avversarie in finale. Terzo posto per il Cesport Italia (new entry nella Pallanuoto CSEN, insieme all'Nc Terni e all'Anguillara PN) che, al termine di una tesissima ultima partita di qualificazione con il Virtus Sport, guadagna l'accesso in finale 3°/4° posto, grazie ad un goal segnato ad 1'30" dal termine della partita. Presente

alla manifestazione il Presidente Provinciale CSEN di Terni, Maestro Nicola di Stasio, che oltre a portare il saluto ufficiale dell'Ente e del Presidente Nazionale Prof. Francesco Proietti, ha fatto un sentito discorso sull'importanza di coinvolgere i giovani nella pratica sportiva e delle sue imprescindibili finalità educative e formative, donando poi una targa di riconoscimento al Responsabile Nazionale del Settore Pallanuoto, Marco Taruggi. Si ringraziano tutte le Società ed i loro sostenitori, un grazie anche all'autore di queste bellissime foto, Eugenio Catalano.



**L**'Equitazione è uno sport "speciale" perché richiede l'umiltà e la determinazione di imparare a rapportarsi con un compagno di squadra che non parla come noi, altamente sensibile e brusco, di mole imponente, squisitamente elegante ma anche naturalmente autonomo e indipendente. Come premio di un dialogo corretto il cavaliere ottiene in prestito la sua potenza, velocità e agilità. L'Equitazione è una realtà sportiva moderna e attuale, ma dalle radici antiche. Esiste quindi un bagaglio storico profondo di conoscenze, studi e buone pratiche che non dovrebbero essere tralasciati e trascurati, ma conosciuti e applicati con tecnica e perizia. Si dedica quindi grande attenzione alla formazione degli Istruttori in modo che siano seguiti nella loro preparazione e nei loro aggiornamenti da personale specializzato e di capacità riconosciuta, quali l'olimpionico Geremia Toia, l'azzurro Paolo Valentini, il grande conoscitore e Tecnico di monta spagnola Roberto Bruno ed il noto preparatore Silver Massarenti. Csenequitazione è anche affianco dell'ospedale Niguarda e il suo centro per la riabilitazione equestre Di Capua. È con particolare orgoglio inoltre che annunciamo la recente e prestigiosa collaborazione con



la Fundacion Andaluza de l'Arte Ecuestre a Jerez de la Frontera in Spagna, che rappresenta ad oggi la massima espressione del prestigio dell'Equitazione, dei cavalli e delle tradizioni della cultura spagnola. Csenequitazione è l'unico partner italiano ufficiale della Real Escuela nella formazione equestre, con la possibilità per gli Allievi Istruttori di Alta Scuola, Doma classica o Attacchi di un periodo di studi presso la Real Escuela stessa con l'ottenimento, al superamento dell'esame in loco, di una certificazione riconosciuta Real Escuela-CSEN. Ben saldi nelle conoscenze del passato, ma con un occhio sempre ai tempi nuovi Csenequitazione vuole inoltre offrire un servizio moderno ed efficiente per agevolare la comunicazione e l'assistenza ai propri iscritti. Per questo sono stati creati diversi canali di comunicazione, dal sito internet ([www.csenequitazione.it](http://www.csenequitazione.it)), alla pagina fb (csenequitazione) alla App ufficiale, in modo da rimanere sempre aggiornati su eventi, novità, comunicazioni importanti e iscrizioni. I nostri complimenti all'Istruttrice Francesca Di Giovanni, prima classificata col suo Capote al Trofeo Fieracavalli 2016 di Doma Classica, e ad Andrea Giovannini, Istruttore dell'anno Csenequitazione.

## STAGE DI CINOFILIA DA SOCCORSO A LIVORNO

Una due giorni interamente dedicata alla Cinofilia da Soccorso, con uno Stage di avvicinamento al soccorso nella giornata di sabato 10 Dicembre ed esami operativi di superficie nella giornata di domenica 11 Dicembre con il Responsabile Veneto della Cinofilia da Soccorso CSEN a Livorno. Per info e prenotazioni scrivere una mail a [csenveneto.cinofiliasoccorso@gmail.com](mailto:csenveneto.cinofiliasoccorso@gmail.com) oppure chiamare al numero 3335460255 - 3343985474.

## FINALE CAMPIONATO DI AGILITY DOG AD ALVIANO

Alle finali del Campionato di Agility Dog CSEN, che si terranno dall'8 all'11 Dicembre ad Alviano si svolgerà anche il 1° Trofeo CSEN di Sheepdog. Sarà inoltre possibile fare lezioni di Sheepdog con Lyuba Fieschi Musso. Sul portale di segreteria dell'evento sono già disponibili le informazioni per partecipare alla gara, a breve sarà anche possibile prenotare le lezioni.



## 1° Trofeo di Judo Memorial Mario Pappagallo a Roma

La prima manifestazione in onore del Presidente Provinciale di Roma e Vice Presidente Nazionale CSEN Mario Pappagallo, scomparso prematuramente il Maggio scorso, si è svolta domenica 20 Novembre a Velletri (RM). Il Memorial, Trofeo di Judo che ha assegnato la "Coppa del Presidente", si è aperto con la presenza del fratello Arturo Pappagallo, della compagna Fabiana Pagliaroli, del M° Luca Nicosanti e del Presidente Regionale Giampiero Cantarini. Tutti gli interventi hanno cercato di trasmettere alla platea i valori che hanno sempre guidato le scelte e le politiche di Pappagallo nel promuovere uno sport educativo, di inclusione e integrazione sociale, fatto con divertimento e spensieratezza. Ma la personalità poliedrica e la mente creativa di Pappagallo, uomo appassionato di cultura e amante del teatro, è emersa soprattutto grazie alle note di "Quelli come me", canzone da lui scritta e interpretata che è risuonata all'interno del palazzetto ad apertura dell'evento. Dopodiché la marea di piccoli atleti iscritti al Randory Day si è scatenata sul tatami, alle prese con il percorso a circuito e i combattimenti corpo a corpo. Successivamente tutte le categorie si sono cimentate nella gara di Judo, che ha visto una



partecipazione totale di quasi 500 atleti e 50 Società. Al termine della giornata la Coppa del Presidente è stata assegnata alla Società Centro Fitness Energym Ssd, prima classificata grazie alla somma dei punteggi dei propri judoka nelle quattro classifiche di categoria (esordienti, cadetti, juniores e seniores) in gara. Si è conclusa così un'altra giornata di sport ricca di emozioni, sfide e divertimento all'insegna dello sport di tutti e per tutti targato CSEN. Una manifestazione promossa dal Comitato di Roma che ha saputo portare avanti gli intenti del Presidente che l'ha guidato per oltre 36 anni, l'ha saputo ricordare al meglio e ha confermato la continuità di gestione in mano ad una squadra nuova ma allo stesso tempo rimasta immutata, eletta dall'ultimo Congresso ma nata dal lavoro fatto in una vita di presidenza da un solo uomo: Mario Pappagallo.



## CAMPIONATO REGIONALE DI KARATE IN UMBRIA

Il 13 Novembre si è conclusa la 1° tappa del Campionato Regionale di Karate CSEN in Umbria, che nonostante i forti segni lasciati dal terremoto ha visto la partecipazione di circa 300 atleti. Si ringraziano gli Ufficiali di Gara, le Società presenti ed i loro Tecnici, non tralasciando gli atleti ed i genitori che hanno permesso lo svolgimento di questa giornata in un clima di sano agonismo sportivo. Un grazie anche al Presidente Regionale Fabrizio Paffarini ed al Presidente Provinciale Giuliano Baiocchi, che con i loro interventi hanno reso questa manifestazione ancora più qualificata.

## 25° VENICE CUP 2016 A CAORLE

Venerdì 4 Novembre CSEN Karate Piemonte ha partecipato con una Rappresentativa Regionale alla 25° Edizione della Venice Cup (evento WKF), considerata la più importante competizione agonistica Internazionale nel territorio Nazionale. La Rappresentativa Regionale era composta da due Team nel Kata a Squadre maschile, un Team nel Kumite Femminile e tre Atleti nei Kata Individuali di Stile. In una competizione con circa 2000 Atleti partecipanti, con un livello a molto elevato degli avversari, CSEN Karate Piemonte è riuscito con l'atleta Giulia Sartoris, della TKT Venaria (TO) del M° Gennaro Talarico, a vincere la Medaglia d'Oro nella Categoria Kata Cadette Shitoryu, dove dopo ben 4 incontri la bravissima Giulia conquistata il primo posto. Complimenti anche a tutti gli altri componenti del Team per la tenacia e la voglia di misurarsi con atleti di livello Mondiale.



## STAGE DI KARATE SHOTOKAN CON IL M° VINCENZO FIGUCCIO AD OMEGNA

Si è svolto sabato 5 Novembre ad Omegna (VB), organizzato dall'Associazione CSEN Scuola Karate Omegna del M° Gabriele Salvatori, uno Stage di Karate Shotokan con uno dei Tecnici più importanti nel panorama Italiano, Vincenzo Figuccio, pluricampione Mondiale ed Europeo di Kata, che ha deliziato i presenti con una lezione impostata sulla tecnica delle forme nel Karate, al quale sono intervenuti circa 60 atleti provenienti da Piemonte, Valle d'Aosta e Liguria. Questo evento ribadisce il concetto che tutte le Province del Piemonte fanno attività proficua per lo sviluppo del Settore Karate in Regione. Si ringrazia Emilio Macchia, Referente CSEN per la Provincia di Verbania, per il supporto nell'organizzazione.

## STAGE NAZIONALE DI KALI KALASAG A ROMA

Domenica 4 Dicembre 2016, dalle ore 10.00 alle ore 13.00 presso il Centro Sportivo Sporting di Roma, avrà inizio lo Stage Nazionale Kali Kalasag. Sabato 3 Dicembre invece dalle ore 16.30 alle ore 19.00, presso il Crowne Plaza Rome St. Peter's, si terrà un seminario riservato ai soli Istruttori e aspiranti Istruttori. Info: kalikalasag@gmail.com.

## 2° VENETIAN CUP EUROPEAN OPEN A MONTEBELLUNA

La 2° Venetian Cup European Open si svolgerà il 27 Novembre 2016. Durante la giornata verranno effettuate gare di Semi Contact, Light Contact, Kick Light e Boxe Light, per non dimenticare MMA Light e Krav Maga. La manifestazione si terrà presso il Palamazzovolo di Montebelluna (TV), per ulteriori informazioni inviare una email a venetiancup@gmail.com.



## 42° Campionato del Mondo Sports Chanbara in Giappone

**G**randissima impresa dei ragazzi della Nazionale Italiana di Sports Chanbara che al Campionato del Mondo, svoltosi a Tokyo domenica 6 Novembre al Komazawa Olympic Park, hanno fatto incetta di medaglie. Sono ben 17 le medaglie conquistate dalla selezione azzurra guidata dal Presidente Giovanni Desiderio, dal Commissario Tecnico Diego Falco e dai Dirigenti Antonio Di Nicola ed Ezio Antonucci, frutto di 3 Ori, 5 Argenti e 5 Bronzi negli Individuali, di un Super Champion Femminile e di un Bronzo a Squadra Datotsu, un Bronzo a Squadra Kassen e un titolo di Vice Campione del Mondo a Squadra nel Kihon Dousa. Grande la soddisfazione da parte del Presidente della Federazione Sport Chanbara Italia Giovanni Desiderio: *“La prova dei nostri ragazzi è stata fantastica, bisogna tenere conto del fatto che questo è un gruppo di atleti con un’età media bassissima e che nonostante questo è andata a giocarsela alla pari, anzi ha messo alle proprie spalle atleti e squadre con molta più esperienza. Tutto questo ci inorgoglisce e ci dà ancora più forza per portare avanti il progetto che insieme al Commissario Tecnico Diego Falco abbiamo avviato quattro mesi fa, quando abbiamo deciso di mettere insieme le due realtà del Chanbara italiano e tornare*



*ad essere un’unica grande organizzazione”. Una dedica speciale da parte del CT Falco: “Il mio ringraziamento va prima di tutto a questi grandissimi ragazzi e a tutta la Dirigenza, in primis al Maestro Desiderio. Poi dedico questa impresa al Coordinatore Nazionale Daniele Toscano”. Da sottolineare che nella due giorni giapponese sono stati premiati con la Medaglia al merito, per l’attività svolta negli anni a favore della promozione e dello sviluppo del Chanbara in Italia e nel Mondo, il Segretario Generale Mario Baldi ed il Vice Coordinatore Antonello Di Donato.*

## 7° MEMORIAL “WALTER CARLINI” A QUILIANO

Si è svolta, domenica 13 Novembre a Quiliano (SV), la 7° Edizione del “Memorial Carlini”, organizzato dal Karate Club Savona dei Maestri Fiorenzo Zucconi e Raffaella Carlini, che quest’anno ha visto la partecipazione di ben 500 atleti solo nella specialità del Kumite. Il CSEN Karate Piemonte ha preso parte all’evento con 14 ragazzi, raggiungendo il podio ben 7 volte, centrando anche quattro 5° posti. Una Rappresentativa competitiva che ha dimostrato ancora una volta di poter tranquillamente ambire in alto.



## STAGE TECNICO NAZIONALE DI DIFESA PERSONALE A ROMA

Si è svolto il 29 Ottobre, coadiuvato dal Comitato Provinciale di Roma, uno Stage Tecnico Nazionale di Autodifesa Kapap Krav Maga per specialisti del Settore, diretto dal M° Alfonso Torregrossa, Responsabile Nazionale Kapap Krav Maga CSEN, sulle tematiche dell’Autodifesa Reale Kapap e Krav Maga, su difese da attacchi a mani nude e da armi, per poi passare alla difesa multipla. Durante il seminario sono intervenuti il Presidente Nazionale CSEN Francesco Proietti ed il M° Franco Penna, Coordinatore Arti Marziali CSEN Roma, il quale si è complimentato con l’organizzatore M° Luciano Luca Cipolletta e con il M° Alfonso Torregrossa. Il Presidente Nazionale ha voluto consegnare ufficialmente le nomine Nazionali di CTN Commissione Tecnica Nazionale Settore Kapap Krav Maga agli Istruttori Maurizio Campedelli, Luciano Luca Cipolletta e Nissena Paola Romano.



## CULTURAL EXCHANGE DI TAEKWONDO A CATANIA

Il Cultural Exchange di Taekwondo si è svolto il 22 Ottobre a Brindisi presso il Palasport Zumbo ed ha visto, per il 4° anno, grandi Maestri Koreani come Jae Hee Chang della Yong In University ed i suoi bravissimi atleti, passare una giornata di sport insieme agli alunni dell’Istituto Comprensivo guidato dalla Preside Angela Citiolo e agli atleti dell’Attansi Academy KMS del M° Giuseppe Attanasi. Una iniziativa, all’insegna dello scambio culturale attraverso una serie di Stage con Maestri qualificati, il tutto nello spirito che contraddistingue da sempre l’Attanasi Taekwondo Academy, di diffondere sempre più la disciplina del Taekwondo e stimolare i giovani atleti a misurarsi in contesti culturali diversi, allo scopo di incrementare la propria formazione, nello sport come nella vita.

## PROMOTION IN GABBIA A FOLIGNO

Sabato 3 Dicembre si terrà a Foligno la seconda edizione della Promotion in gabbia ufficiale, con i migliori atleti ed atlete della classe italiana. L’evento si svolgerà in collaborazione con la FIGMMA (Federazione Italiana Grappling Mixed Martial Arts). Ricordiamo che gli introiti della serata saranno devoluti al reparto di pediatria dell’ospedale di Foligno per l’acquisto di macchinari diagnostici.

## 32° CAMPIONATO NAZIONALE DI JUDO A FOLIGNO

Il 32° Campionato Nazionale di Judo CSEN si terrà a Foligno (PG) il 10 e 11 Dicembre 2016, presso il Palasport Paternesì. Nelle due giornate si svolgerà anche il Grand Prix di Judo FISPIC ed il 1° Torneo Sperimentale Judo Freestyle Cadetti CSEN. Contattare il Responsabile Nazionale di Judo M° Franco Penna: francopenna@virgilio.it.



## 3° Trofeo Nazionale di Judo Città di Massa Martana

È stato un week end di pura passione judoistica, quello che si è svolto al Palazzetto dello sport "Mario Angelo Coarelli" di Pontenaia Todi il 12 ed il 13 Novembre, quando è andato di scena il 3° Trofeo Internazionale di Judo Città di Massa Martana, organizzato dalla 3R Sport del Presidente Robertino Camilli. Un week end iniziato sabato pomeriggio, quando sul tatami sono saliti gli atleti più giovani, andava in scena la tappa mensile del Gran Prix Giovanissimi, una manifestazione che si svolge a più riprese e che vede coinvolte le categorie Bambini, Fanciulli e Ragazzi. Subito dopo, nel tardo pomeriggio, è stata la volta delle categorie Esordienti A ed Esordienti B, che oltre ai giovani judokas umbri, ha visto l'entrata in scena di atleti provenienti da fuori Regione. Già, perché tra sabato e domenica sono saliti sul tatami di Todi quasi 500 atleti provenienti da tutta Italia e di tutte le fasce d'età, la domenica infatti era la volta della categorie Cadetti (15-17 anni), Juniores (under 20), Seniores (under 35) e Master (over 35). Un ottimo livello tecnico ha fatto sì che la giornata fosse energica e ricca di grandi colpi. "Sono stati due giorni intensi - commenta il Presidente della 3R Sport Robertino Camilli - due giorni che hanno fatto accendere il "Mario



*Angelo Coarelli" con un buon Judo in qualsiasi categoria di età. È stato bello veder gareggiare anche tutte le categorie, gli Junior e Senior meno esperti nella categoria fino a cintura verde, che ha dato modo a chi si è avvicinato da meno tempo alla disciplina di potersi mettere in gioco. Doveroso ringraziare tutte le istituzioni che ci sono state vicine, l'AVIS di Massa Martana, l'Olandese volante (Todi), la Truck Service (Terni), la Fijlkam Umbria e CSEN Umbria che hanno dato il loro supporto. Un grazie anche al Maestro Franco Penna, Referente Nazionale del CSEN Judo che è stato presente alla gara e che ci ha aiutato nell'organizzazione. Ora ci prepariamo ai prossimi eventi".*

## AGGIORNAMENTO ARBITRALE SETTORE JUDO CSEN VENETO

Si è svolto sabato 12 Novembre 2016 a Legnago il 2° Aggiornamento Arbitrale del Settore Judo CSEN Veneto. Un sentito ringraziamento per la sua disponibilità va al Maestro Eugenio Verga, Responsabile Arbitri per il Nord Italia, ed a tutti i partecipanti che hanno ottenuto il Diploma di Arbitro CSEN Settore Judo: Roberto Zanolì, Davide Oselladore, Lorenzo Ferro, Emmanuella Ferro, Claudio Tambaldo, Daniele Tambaldo e Nazzareno Petri.



## 3° TAPPA GRAN PRIX CSEN KARATE PIEMONTE 2016

La 3° Tappa del Gran Prix CSEN Karate Piemonte per Categorie Agonisti si è tenuta domenica 30 Ottobre a Giaveno (TO). Grande successo di partecipazione con 50 Associazioni iscritte provenienti da 6 Regioni Italiane, per un totale di 250 iscritti, organizzata egregiamente dall'ASD Shotokan Karate Giaveno del M° Alfredo Romeo, con la collaborazione del CSEN Karate Piemonte, la competizione si è svolta nei tempi previsti e ha visto anche una bella cornice con lo Sport Integrato, in cui 10 ragazzi di Lombardia e Piemonte hanno gareggiato nella Specialità Kata, deliziando il pubblico con la loro tenacia. Presente anche il Responsabile Nazionale Ufficiali di Gara CSEN, Massimiliano Roncato. Prossimo appuntamento l'11 Dicembre ad Alba (CN) con il Gran Galà Finale ed i migliori Karateka dell'anno invitati per scoprire chi sarà il Campione CSEN Piemonte 2016.



## PROGETTO ARABA FENICE - CORSO DI DIFESA PERSONALE PER OPERATORI SANITARI

Lo scorso 5 Novembre presso la sede Nazionale del nostro Ente, sono stati sottoposti al Presidente Francesco Proietti i dati raccolti in Liguria riguardanti le aggressioni in campo sanitario, attraverso lo svolgimento del Progetto "Araba Fenice" - Corso di Difesa Personale per Operatori Sanitari. Questo lavoro è stato ideato dall'Associazione sportiva Krav Maga Parabellum di Loano e successivamente registrato e promosso grazie alla collaborazione del Comitato Provinciale CSEN di Savona. La riunione ha portato a fissare obiettivi futuri, in quanto lo stesso progetto sarà oggetto di presentazione al 35° Congresso Nazionale Aniarti che si svolgerà a Rimini.

## STAGE DI DIFESA PERSONALE A POMEZIA

Il Coordinamento Regionale Lazio Settore Ju Jitsu organizza, domenica 27 Novembre presso la palestra Zen Tao Accademy di Pomezia, uno Stage di Difesa Personale ed aspetti Giuridici della Sicurezza. Possono intervenire allo Stage tutti, esperti di Arti Marziali e non. Per informazioni contattare Gianfranco Sampalmieri 3387939078.

## 1° TROFEO DI JUDO CITTÀ FRANCAVILLA AL MARE

CSEN Abruzzo Settore Judo e la FISPIC organizzano, con il patrocinio del Comune di Francavilla al Mare e della FIJLKAM Abruzzo, domenica 27 Novembre, il 1° Trofeo di Judo Città di Francavilla al Mare. L'evento si svolgerà presso il Palasport di Francavilla al Mare ed è valido come qualificazione al Campionato Nazionale di Judo CSEN per gli atleti Abruzzesi e come 1° prova del Grand Prix FISPIC.



## Seminario educativo a l'Aquila

**M**artedì 8 Novembre 2016, presso la Facoltà di Scienze Motorie dell'Università degli Studi dell'Aquila si è svolto un Seminario dal titolo "L'alfabeto motorio delle Arti Marziali come strumento educativo nelle realtà dei disabili". Il seminario organizzato nell'ambito dell'insegnamento "Karate ed Arti Marziali" tenuto dal M° FIJKAM Dott. Benedetto Arnone della CPGA Karate L'Aquila, ha visto la partecipazione di un notevole numero studenti. Il seminario condotto dall'Istruttore CSEN Andrea Liberatore, ha rappresentato un momento di formazione molto importante. Il relatore ha raccontato agli studenti della sua esperienza di oltre 12 anni con ragazzi disabili, dei suoi inaspettati successi attraverso l'uso di tecniche e situazioni tipiche del Karate e delle Arti Marziali. Filmati e foto molto toccanti hanno documentato i racconti del relatore, rendendo il seminario un momento di reale formazione ed informazione. Ragazzi disabili che in un primo momento riuscivano con difficoltà ad eseguire esercizi semplici dopo alcuni anni di allenamento riuscivano ad eseguire esercizi molto complessi. Contestualmente ai successi motori è stato notato anche un miglioramento dell'autostima e delle autonomie personali. Il relatore ha



voluto sottolineare che questa metodologia ha dato risultati non sperati e non immaginabili, coinvolgendo oltre al miglioramento delle condizioni generali degli atleti anche quello del clima familiare ed i rapporti con gli amici. Il seminario si è concluso con l'intervento della Prof.ssa Maria Giulia Vinciguerra che ha sottolineato l'importanza di un approccio pratico alle problematiche e dell'importanza dell'apporto di persone con esperienze specifiche invitando il relatore a futuri interventi e collaborazioni. Un sentito ringraziamento va alla Prof.ssa Vinciguerra ed ad Andrea Liberatore, che hanno reso possibile lo svolgimento del seminario.

## CORSO DI DIFESA PERSONALE FEMMINILE A GATTINARA

È iniziato con grande interesse il Corso di Difesa Personale Femminile organizzato dall'ASD Taekwondo Gattinara presso l'Accademia dello Sport. Dopo il grandissimo successo delle lezioni del primo anno, tenute da Maestri qualificati coordinati dal M° Franco Barattino, cintura nera 5° DAN di Taekwondo, l'obiettivo di questo corso era aiutare le allieve ad essere più sicure e decise, ad accrescere la fiducia nelle capacità del loro corpo e della loro mente, insegnando loro come reagire ad un'eventuale aggressione con prontezza e consapevolezza.



## STAGE DI TAEKWONDO ITF A PATERNÒ

Sabato 29 Ottobre si è svolto, a Paternò, lo Stage di Taekwondo ITF tenuto dall'Istruttore Internazionale Sabonim Carlos Mortillaro VI Dan, su invito del Bu Sabonim Davide Forte. Il corso, rivolto ad adulti e adolescenti, è stato incentrato principalmente su:

- Forme: Movimento ondulatorio, tipi di movimento, controllo della respirazione, equilibrio, potenza, applicazione della "Teoria del Potere";
- Combattimento: esercizi propedeutici, tattica, strategia, attacchi, contro-colpi, combinazioni, spostamenti;
- Ho sin sul (difesa personale).

Diverse le cinture nere partecipanti; il gruppo catanese ha mostrato entusiasmo e grinta nell'allenamento intensivo, offrendo una calorosa accoglienza al Sabonim Mortillaro.



## STAGE MULTIDISCIPLINARE A CODROIPO

Grandissimo Stage organizzato dall'ASD Ryugin Ju Jitsu di Codroipo, con la partecipazione di oltre 150 atleti che su 400 metri quadrati di tatami si sono allenati per 5 ore. Domenica 6 Novembre il Palazzetto dello Sport di Codroipo ha ospitato un Corpo Docente di primo livello ed atleti di calibro Nazionale ed Internazionale nelle varie discipline proposte sui due tatami (agonistico e tecnico). Tra i partecipanti anche un atleta ipovedente della Nazionale paraolimpica di Judo, Matteo Ardit, che ha sottolineato l'importanza delle Arti Marziali per tutti senza limiti di nessun genere. Seguitissime le lezioni dei Maestri con molta soddisfazione espressa dal Presidente Rudy Tavano. Al termine dello Stage splendida festa al nuovo Doge di Villa Manin per i dieci anni dell'ASD Ryugin.

## CAMPIONATO NAZIONALE DI KARATE E SPORT INTEGRATO A FIDENZA

Si terrà il 26 e 27 Novembre 2016 presso il Palasport Luigi Pratzzoli di Fidenza (PR) l'attesissimo Campionato Nazionale di Karate e Sport Integrato, con gara di Kata e Kumite valevole per la selezione della Rappresentativa Nazionale CSEN. Per info visita il sito [www.csenkaratenazionale.it](http://www.csenkaratenazionale.it).





## Calabria in Motion 5



L'evento di Fitness più atteso della Calabria, tenutosi lo scorso 13 Novembre, conferma e supera le aspettative di crescita, raggiungendo i 250 partecipanti venuti da tutto il sud Italia. Sui due palchi e nell'area esterna del Pala Eventi di Rossano (CS), alcuni dei migliori Istruttori e Presenter di Fitness in circolazione, hanno portato in territorio calabro quasi 20 discipline Fitness, tra coreografia, tonificazione e allenamento funzionale. Ci sono state grandi novità nel campo della coreografia, ed oltre all'Aerobica di Alessandro Uccellini (Sansepolcro) e alla Dance Aerobic della new entry Alessandro De Margherita (Roma), sul palco del Calabria in Motion 5 Andrea Trionfi (L'Aquila) ha portato per la prima volta lo Step doppio, lezione eseguita utilizzando anche lo step del compagno a destra. Alessio Iodice (da Pisa) ha presentato una lezione di House Dance e Giovanni Manzone (Salerno) ha chiuso l'evento con lo Step Challenge, una competizione tra gli atleti valutata da 4 Giudici. Per la tonificazione la novità è stata lo Striding & H.D.P. circuit training, la lezione condotta da Cristian Cacace ha alternato momenti di Tonificazione High Definition Power (con l'utilizzo di pesetti ed elastici) a momenti di Striding sul tappeto meccanico.



Molto apprezzate le lezioni di Fitness Funzionale B.F.T., il programma ideato da Fabrizio Pellecchia presentato sia nel protocollo a corpo libero (Body Weight), sia con l'utilizzo dello Step (con Lenka Matasova e Andrea Trionfi) e del Bosu (BFT Balance con Lenka Matasova). Nell'area esterna i militari della Base americana di Napoli hanno coadiuvato Donatella Carafa nelle lezioni e nel workshop di Real Marines Workout, allenamenti che hanno visto atleti di tutti i livelli cimentarsi con prove funzionali come quelle dei veri militari. Immancabili la disciplina di Martial Fitness per eccellenza, l'Aerokombat di Cristian Cacace, la tonificazione H.D.P., il Super Jump e la Zumba. Per la prima volta al Calabria in Motion 5 anche l'Athletic Step con Lenka Matasova e Alessio Iodice ed il Fitness Latino di Caterina Donato, che hanno contribuito a rendere questo appuntamento sempre più vario e innovativo. Grazie al lavoro dell'organizzatrice Lenka Matasova, al supporto del Comitato CSEN Cosenza nella persona di Pino Tarantino e al Referente del circuito CSEN Fitness Events Cristian Cacace, la Calabria si conferma sempre di più un terreno fertile per il Fitness, vantando uno degli appuntamenti di livello più alto del Settore.



## CORSO DI SOPRAVVIVENZA BASE A NORCIA

Si è svolto sui Monti Sibillini nel comune di Norcia (PG) il corso di sopravvivenza base della Scuola Sibillini Adventure, a cui hanno partecipato allievi provenienti da diverse Regioni d'Italia. Il corso si è basato principalmente sulle tecniche di approntamento di un rifugio, tecniche di gestione degli alimenti e fuoco, passaggi in corde orizzontali, piante commestibili, nodi e tanta voglia di divertirsi in piena sicurezza. La Scuola Sibillini Adventure svolge regolarmente corsi di Survival dal 2002, ed è sempre entusiasta di permettere alle persone di condividere l'esperienza del Survival.

## CRESCE IL VIVAIO MINICROSSISTICO CON CSEN E FMI

Domenica 30 Ottobre nella pista e scuola di Motocross e Minicross Wallaby Tex di Bovolenta (PD) si è svolto il corso Minicross 50 e 65 CSEN ed FMI. Il corso è stato coordinato da Michele Fanton e Fabio Tessari, Tecnici Federali che hanno coordinato i mini piloti con esercizi tecnici specifici che hanno aumentato l'autostima, il ritmo e la passione per il Minicross. Francesco Meneghini, Presidente Lega Motociclismo CSEN, sta valorizzando al massimo il Settore giovanile per incrementare i piloti in CSEN e avvicinarli in maniera più matura al FMI. Questo è stato il terzo corso svolto in questa stagione 2016 dopo Crespano del Grappa (TV), Bovolone (VR) per coprire le zone del Veneto. L'attività proseguirà anche nel 2017 per dare risalto ai piccoli piloti che hanno bisogno di essere istruiti e coordinati da personale Tecnico preparato.



## CORSI DI FORMAZIONE GUIDA MTB A CANDELO

Il CSEN, attraverso il Settore Ciclismo ed il Settore MTB CSEN Academy, ha intrapreso un percorso formativo di Guide Mountain Bike di vari livelli, in grado di preparare accompagnatori, insegnare a riparare una bicicletta in ogni situazione e condizione, e guidare i turisti attraverso percorsi naturali ed estremamente piacevoli. Sabato 5 e domenica 6 Novembre, presso il Centro Ippico "Tenuta la Mandria" di Candelo, si è svolto il nono corso di abilitazione per l'accompagnamento delle persone in bicicletta fuoristrada. Protagonisti del corso guide ed aspiranti guide, sono stati: Corrado Lovato, Luciano Canova, Nicola Barchietto, Carlo Poma, Jacopo Michelini e Davide Michelini, che già da tempo operano nel biellese con grande passione e dedizione.

## 1° TROFEO XC DEI VIGNETI A POLIGNANO A MARE

Domenica 2 Ottobre si è svolta la 1° Edizione di "Pedalando per Amore e per San Giovanni Paolo II" di MTB, 1° Trofeo XC dei Vigneti patrocinata dal Comune di Polignano a Mare ed organizzata dall'Associazione Sportiva Giovanni Paolo II che dal 2007 organizza eventi sportivi importanti. Ettore Buono dell'ASD Energy MTB ha conquistato il podio a Petrarolo, paese nel quale si è svolta l'iniziativa alla quale hanno aderito numerosi atleti provenienti da diverse Province della Puglia, dopo un circuito di 5 Km con un dislivello di 450 mt e caratterizzato per la maggior parte da strade bianche sterrate.





**D**opo la prematura e sofferta scomparsa avvenuta il Maggio scorso del Presidente del Comitato di Roma in carica da 36 anni, nonché Vice Presidente Nazionale e fondatore dell'Ente stesso, Prof. Mario Pappagallo, il Comitato Provinciale di Roma si è diretto martedì 15 novembre a nuove elezioni. Con una partecipazione mai vista prima e un'affluenza record di quasi 400 associazioni, il sostegno è stato pressoché unanime verso la candidatura dell'unica persona che, se certo non lo potrà sostituire, potrà fare in modo che le politiche sportive intraprese dal Comitato - quasi fin dalla sua nascita - proseguano nella direzione di sempre. Con 350 voti è salita alla Presidenza la Dott.ssa Henrika Zecchetti, che negli ultimi 20 anni è stata spalla e supporto del suo predecessore. Dedicandogli la sua vittoria e ricordandolo come grande Maestro ed esempio, nel lavoro e nella vita, Henrika Zecchetti ha gettato con poche frasi le basi di quello che sarà il suo impegno durante gli anni di carica. "Il programma di lavoro del prossimo quadriennio sportivo del Comitato - ha spiegato la neo Presidente - si baserà su alcuni punti essenziali. Il punto focale dell'attività resterà l'allargamento della base delle società affiliate e la crescita del numero



*di tesserati, con l'utilizzo dei canali e degli strumenti tradizionali. Al secondo posto innovare, precorrere i tempi e trovare nuove sinergie rappresenteranno un altro importante caposaldo della filosofia del Comitato. Da ultimo, essendo quello della promozione sportiva un settore fortemente radicato nel tessuto sociale quotidiano ma frammentato sul territorio, l'obiettivo sarà quello di aumentare la nostra presenza ed estendere le attività targate Csen a tutta l'area geografica di competenza".* Dopo aver sottolineato le difficoltà affrontate nei mesi precedenti per cercare di colmare il grande vuoto improvvisamente creatosi, Henrika Zecchetti ha concluso il suo discorso di insediamento: "Il Comitato oggi è forte, grazie ad un gruppo di lavoro unito che condivide con il Presidente il programma, gli obiettivi e la voglia di crescere ancora di più, proprio come avrebbe voluto Mario".

## CONVEGNO INTERNAZIONALE DI AYURVEDICA A ROMA

I benefici della medicina Ayurvedica sul benessere psico fisico della persona e della sanità, saranno affrontati in un Convegno Internazionale che si svolgerà il 28 Novembre presso la Camera dei

Deputati del Parlamento Italiano. All'incontro, organizzato dalla Dott.ssa Daisy Chacko dell'ASD Devata, oltre ai personaggi di rilievo del mondo della politica, della salute e dell'Ayurveda interverrà anche il Responsabile Nazionale del Settore Olistico CSEN Nunzio Lopizzo. Per partecipare all'evento è necessario essere in possesso dell'invito ufficiale che può essere richiesto scrivendo una mail al Resp. Nazionale del Settore Olistico all'indirizzo [info@benesserecsen.it](mailto:info@benesserecsen.it).



**Q**uesta rubrica ha lo scopo di conoscere meglio i coordinatori nazionali di settore e i dirigenti dei comitati periferici, approfondendone l'operato, i punti di vista e gli obiettivi futuri. Abbiamo intervistato per voi - Francesca Baldi Presidente CSEN Comitato di Ravenna.

### 1) Qual è il rapporto del suo Comitato Provinciale con i vari Settori sportivi operanti nel suo Comitato?

Come Presidente CSEN Ravenna, ruolo che ricopro dal 1980, ho creato una vera e propria rete tra i vari settori sportivi e sociali, volta a rafforzare i rapporti fra il mondo dello sport ed il mondo che ruota attorno alla solidarietà, alla diversabilità, alla terza età e alla cultura. Il rapporto della presidenza provinciale con i settori si basa sulla collaborazione, supporto e interscambio volto al coinvolgimento di tutte le associazioni operanti nei settori specifici.

### 2) Qual è il punto di forza del suo Comitato?

Il punto di forza del comitato di Ravenna è il legame con il territorio, le istituzioni che lo rappresentano, i volontari che mettono a disposizione il loro tempo libero e le associazioni che ne fanno parte; inoltre il team di Ravenna composto da Presidente, Vice-Presidente, Segretario e due consiglieri, lavora in grande sintonia a sostegno degli obiettivi condivisi.

### 3) La principale innovazione per la prossima stagione sportiva?

La principale innovazione per la prossima stagione è un potenziamento ulteriore dei servizi amministrativo-fiscali che offriamo ai nostri affiliati grazie all'ampliamento della sede e alla partnership con un prestigioso studio tributaristico.

### 4) La manifestazione di maggior successo dell'anno sportivo trascorso?

Indubbiamente, la Cento Chilometri del Passatore, la notissima ultramaratona da Firenze a Faenza che si svolge ogni anno l'ultimo fine settimana di Maggio, oltre al Campionato di Nordic Walking su strada in concomitanza alla gara stessa.

### 5) La sua personale più grande soddisfazione?

La mia più grande soddisfazione è essere testimone della crescita di CSEN Ravenna negli anni, che oggi ha la sua sede, molti collaboratori ed una rete capillare di affiliati.

### 6) Il principale obiettivo per il prossimo anno?

L'obiettivo per il nuovo anno è essere sempre di più un punto di riferimento per le associazioni affiliate. In questo contesto, si prospettano, inoltre, un grande evento locale in collaborazione con le istituzioni comunali e scolastiche e i "migliori amici dell'uomo" ed un progetto di sensibilizzazione sul tema del bullismo in collaborazione con alcune associazioni di promozione sociale ed associazioni sportive di Arti Marziali.

### 7) Il sogno nel cassetto?

Nei miei trentasei anni in CSEN ho lavorato per formare la prossima generazione di dirigenti, puri negli ideali, determinati nel raggiungimento degli obiettivi di squadra e portatori di quei valori di sport e solidarietà di cui l'Ente si fa promotore e di cui il nostro paese ha così bisogno. Il mio sogno è continuare a farlo e, al momento giusto, passare il testimone per poter essere orgogliosa spettatrice di risultati ancora più straordinari.





# cseNews

**Direttore Editoriale:** Francesco Proietti  
**Direttore Responsabile:** Sandrino Caffaro  
**Capo Redattore:** Tommaso D'Aprile

**Direzione Nazionale C.S.E.N.**

Via L. Bodio, 57 - 00191 Roma  
Tel. 06/32.94.807 - Fax 06/32. 92. 397  
[www.csen.it](http://www.csen.it) - [info@csen.it](mailto:info@csen.it)

Autorizzazione del Tribunale di Roma n. 2/2012 del 26.01.2012

**Magazine quindicinale online**  
**Anno IV - N.63 - 15 Novembre 2016**  
**Inviare articoli e foto a:** [redazione@csen.it](mailto:redazione@csen.it)

**Legge sulla privacy**

In ottemperanza alle disposizioni sulla privacy (Legge 675 del 31/12/96 modificata dal d.l.196 del 30/06/2003) coloro - che non gradiscono ricevere queste comunicazioni periodiche - possono chiedere via e-mail o fax di essere depennati dalla mailing list del nostro magazine on line "C.S.E.N.ews".