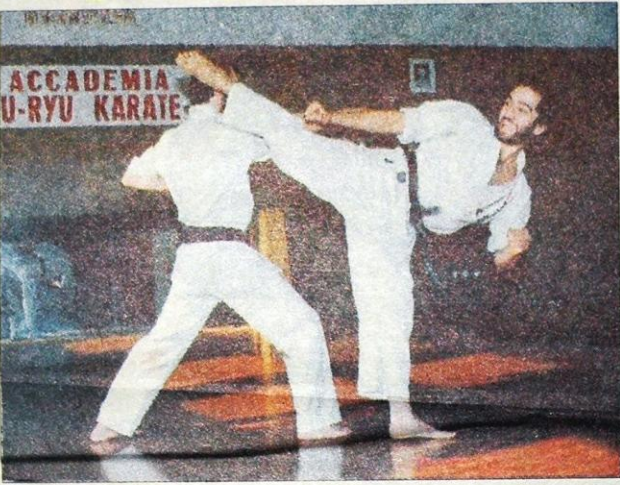


Karate Il maestro Catagna guida una "truppa" di oltre 400 appassionati

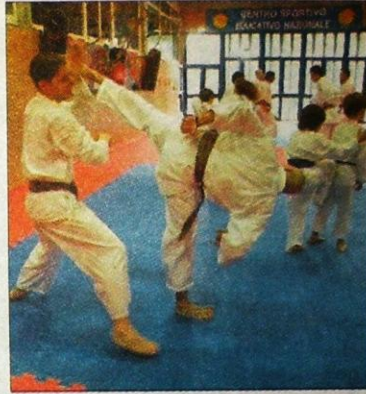
Quaranta candeline per lo Shorei Kan

La società perugina è giunta a un traguardo storico

PERUGIA - In principio fu l'Accademia Goju Ryu Karate Do. Era il 1970 e a Perugia iniziava l'avventura di un gruppo di appassionati di arti marziali che oggi, a distanza di 40 anni, possono affermare di aver costruito una realtà solida, che ha arricchito il panorama sportivo della città di Perugia. Stiamo parlando dello Shorei Kan Karate Perugia, la società guidata dal Maestro Alberto Catagna, la cui storia personale coincide pressoché esattamente con quella del club. Il 2010 è l'anno di una festa importante, un compleanno da cui ripartire per garantire altrettanta solidità a un sodalizio che nel tempo ha saputo rinnovarsi senza perdere i tratti distintivi di sempre. Il karate è stato e sarà il settore di riferimento, quello che raccoglie la maggior parte degli iscritti e che a livello agonistico ha regalato più soddisfazioni, ma oggi lo Shorei Kan Karate può offrire un'ampia scelta a coloro che volessero scegliere le arti marziali. Attualmente l'Associazione Sportiva Shorei Kan Karate Perugia conta circa 400 atleti di cui circa l'80% sono sotto i 25 anni. Il settore più numeroso è il karate con quasi 200 atleti, di cui la metà sono bambini al di sotto dei 14 anni. L'insegnante è il Maestro Alberto Catagna coadiuvato da altre cinture nere come Giuseppe Masiello, Jacopo Capitanucci, Francesco Di Luca. L'attività svolta è formativa ed educativa e non agonistica per il settore giovanile e finalizzata all'autodifesa per il settore ragazzi e adulti. L'agonismo, invece, viene praticato, e con ottimi risultati, dal settore Kick Boxing diretto dal Maestro Antonio Sirchio che si avvale della collaborazione di Igor Bianchi e Alessio Ciacci. La novità di questi ultimi due anni è stata l'introduzione del Krav Maga, una disciplina finalizzata solo ed esclusivamente all'autodifesa; è pratica, immediata ed istintiva. Insegnante è l'istruttore Altin Ooku, proveniente dalla pratica del karate ma, dopo numerosi stage di aggiornamento, è passato al krav maga. Presso la Palestra Kennedy di Madonna Alta è presente anche il Ju Jitsu tradizionale della scuola Yhoshin Ryu, uno stile molto legato alla tradizione e seguito nei minimi particolari dall'attento insegnamento di Giuseppe Di Benedetto e Simone Perticoni. Anche il Tai Chi è seguito da un gruppo di costanti e assidui praticanti diretti da Maurizio Benvenuti; due ore settimanali di attività fisica ma anche di rilassamento con le forme eseguite con un sottofondo di musica orientale mol-



Ieri, oggi e domani
 Nelle foto di questa pagina alcuni momenti della lunga storia dello Shorei Kan Karate di Perugia, dalle gare degli anni '70 ai ragazzini di oggi. In alto a sinistra il Maestro Catagna in azione e a fianco nel 1986 quando si fece "sciacciare" da un'auto con a bordo quattro persone



to dolce. Tra le attività proposte dalla Associazione Sportiva Shorei Kan Karate Perugia non va certamente trascurata la Ginnastica corpo libero e lo stretching, un corso seguito da tanti iscritti che si affidano alla paziente e professionale guida di Assunta Pellegrini, preparatore atletico iscritta all'albo nazionale degli insegnanti tecnici del Csen. Il settore Avviamento allo Sport e la Psicomotricità sono attività proposte ai bambini più piccoli e l'insegnante è il poliedrico Alberto Catagna che con una pazienza infinita si dedica alla formazione del settore gio-

vanile, proponendo giochi ma anche esercizi adatti all'età e facendo il possibile per far amare l'attività fisica ai giovanissimi. Oltre a queste attività il Maestro Catagna propone privatamente la Ginnastica dolce orientale (una specie di Tai Chi) e le Tecniche di Rilassamento e Meditazione. Per ulteriori informazioni consultare il sito: www.artimarziali-perugia.it

Le cinture

- Albano Marco (Gialla), Barsottini Mercuzio (Bianca/Gialla), Bellachio-ma Lorenzo (Gialla), Bonelli Claudia (Gialla), Braconi Leonardo (Gialla), Burchia Simone (Gialla), Carli Alice (Verde), Cecchetti Nicola (Gialla), Cesarini Alessia (Verde), Cherubini Sara (Arancione), Dorillo Emanuele (Verde), Dorillo Ylenia (Arancio/Verde), Fiandrini Michele (Gialla/Arancione), Gamboni Benedetto (Gialla/Arancione), Gamboni Martino (Bianca/Gialla), Ghidone Mattia (Gialla), Gorbi Nicola (Bianca/Gialla), Mezzasoma Paolo (Gialla), Pignatole Nicola (Gialla), Puccetti Gabriele (Gialla/Arancione), Rossi Margherita (Arancione), Vecchiotti Brando (Gialla/Arancione), Vitaloni Lorenzo (Gialla), Zuccaccia Maria Rita (Bianca/Gialla).
- Ambrosini Pietro (Azzurra 5° Kyu), Antonielli Claudia (Gialla), Bogliari Marco (Verde), Brozzi Federico (Marrone 3° Kyu), Brozzi Giacomo (Marrone 2° Kyu), Capparuccini Enrico (Gialla), Castrini Lorenzo (Azzurra 5° Kyu), Ceccarelli Giovanni (Marrone 1° Kyu), Ceccarelli Lorenzo (Marrone 1° Kyu), Conti Niccolò (Azzurra 4° Kyu), Cozzari Walter (Marrone 1° Kyu), Del Buono Alfonso (Gialla), Delfini Federica (Gialla), Ferente Antonio (Arancione), Malatacca Daniele (Gialla), Maurizi Giovanni (Marrone 1° Kyu), Mellini Roia Arduino (Marrone 3° Kyu), Morini Mattia (Azzurra 5° Kyu), Morosi Andrea (Azzurra 5° Kyu), Palozzi Vincenzo (Marrone 1° Kyu), Paola Marika (Azzurra 5° Kyu), Piozzi Giulio Filippo (Marrone 3° Kyu), Ricotti Riccardo (Marrone 1° Kyu), Roscini Giovanni (Azzurra 5° Kyu), Salta Franz A. (Azzurra 4° Kyu), Scarantino Carlo (Arancione), Sian Alessio (Marrone 2° Kyu), Zannoli Christian (Azzurra 5° Kyu).

I maestri

- Catagna Alberto (Nera 6° Dan), Sabatini Walter (Nera 3° Dan), Capitanucci Jacopo (Nera 1° Dan), Di Luca Giuseppe (Nera 1° Dan), Masiello Giuseppe (Nera 1° Dan), Mentaberry Demian (Nera 1° Dan), Zuccheri Giulia (Nera 1° Dan).