

"LA VIA" 3° EDIZIONE

PERCORSO TEORICO/PRATICO SULLA STRADA DEL KARATE DO

Nella bellissima cornice della cittadina di San Vincenzo paesino Toscano della provincia di Livorno Sabato 21 e domenica 22 Ottobre, si terrà la Terza edizione del seminario "LA VIA".

Lo spirito è sempre quello della prima edizione: offrire ai partecipanti una proposta di ricerca di alta qualità non solo pratica ma anche teorico-culturale in un contesto d'accoglienza turistico d'eccellenza. Ecco quindi LA VIA

Si parte il sabato pomeriggio proponendo agli appassionati della disciplina una sessione condivisa di pratica gestita a rotazione da due maestri con proposte didattiche differenti: tre ore suddivise in due sessioni con i Maestri Alessandro Fasulo 9°Dan Vice coordinatore Nazionale Csen Karate e il Maestro Massimo Costanzo 6°Dan ex commissario tecnico regionale Fijlkam dalle ore 15:30 alle ore 18:30. Si riprende alle 19:10 spostandoci dal tatami alla sala conferenziale del RESORT POGGIO ALL'AGNELLO dove si terrà una tavola rotonda – conferenza a tema: "IL KATA LA MAPPA DEL TESORO" esposizione del significato filosofico che risiede nei nomi dei Kata condotta

dal Maestro Paolo Ornaghi (Lombardia) ed il Maestro Martino Giorgi (Toscana). Seguirà alle 20:00 la cena dove sarà presente anche il Maestro Didier Lupo.



M° D. LUPO 7° DAN



M° M. COSTANZO 6° DAN



M° A. FASULO 9° DAN



DOMENICA 22 OTTOBRE STAGE INTERNAZIONALE CON L'ESPERTO

FEDERALE FRANCESE M° DIDIER LUPO 7° DAN

La giornata clou sarà Domenica 21 Ottobre che vedrà la partecipazione di un ospite d'onore: l'esperto federale francese Maestro Didier Lupo che guiderà i partecipanti in uno stage intensivo in unica sessione : al mattino dalle ore 9:30 fino alle 12:30 dove l'applicazione REALE del karate la farà da padrone. Dopo uno studio sui fondamentali, ci guiderà nel bunkai di vari Kata Shotokan. Con Enorme piacere torna a visitare e tenere un suo stage tecnico sul nostro territorio (il suo ultimo intervento in Toscana risale al 2018).

Di seguito una breve biografia del Maestro

« **Un uomo qualunque, un passione straordinaria** »

Si definisce come un uomo qualunque che si allena tutti i giorni. Ben più ammirevole dei grandi miti dal karate istintivo, devoto ed irreprensibile appassionato, ha dedicato tutta la sua vita a padroneggiare gli strumenti necessari al raggiungimento di un solo obiettivo: forgiare la maestria. 58 anni, due figli, 7° Dan , maestro al SCO Sainte Marguerite di Marsiglia e delegato federale. Didier Lupo è una delle colonne portanti del Karate francese.

A 17 anni partecipa ai campionati francesi di kata. A 18 si qualifica per la prima volta al Campionato Europeo Kumite e deve fare una scelta. Sceglie quindi di specializzarsi nel kumite ed inizia una lunga carriera premiata due volte con la medaglia di bronzo, ai Campionati Europei '83 ed '86, ed ottiene il titolo di campione europeo nel '89. Più avanti nella sua carriera si dedicherà completamente all'insegnamento del karate in generale e del karate-jitsu in particolare, diventando uno dei maggiori esperti francesi della "seconda generazione" come ama dire lui stesso. Fare uno stage richiede molto impegno I suoi stage sono caratterizzati nello studio efficace del bunkai.

In una sua intervista il Maestro aggiunge **“Non basta qualche bella parola durante uno stage. Bisogna saper trasmettere, essere coinvolti e fare un grande lavoro di preparazione a monte. Padroneggiare la tecnica con destrezza e rivelare l'essenziale in modo progressivo. Un maestro esperto è esigente, prima con se stesso e poi con gli altri. Solo così può mantenere un buon livello generale. Il segreto per migliorare? Partecipate agli stages ! Fanno bene a tutti, maestri ed allievi. Siate curiosi, aperti, spontanei, critici. A partire da un certo livello è un'esperienza imprescindibile”**.

Così non ci resta aspettare, Corpo, e mente dunque, fisico e spirito, in un ricchissimo appuntamento aperto a qualsiasi stile, ente e federazione che nessun appassionato dovrebbe lasciarsi sfuggire.



INIZIO SESSIONE STAGE ORE 9:30



SABATO 21 OTTOBRE STAGE CO IL MAESTRO ALESSANDRO FASULO

9°DAN VICE COORDINATORE NAZIONALE CSEN SETTORE KARATE

La seconda sessione dell'apertura del seminario di sabato 21 ottobre alle ore 17:00 sarà tenuta dal Maestro Alessandro Fasulo 9° DAN che ci mostrerà tecniche di proiezione NAGE WAZA analizzando l'utilizzo delle tecniche di squilibrio, presa e proiezione con cenni di tecniche di autodifesa.

Il M° Fasulo Alessandro, praticante delle Arti marziali da 60 anni. sotto la spinta del Padre ha iniziato Prima il Ju Jitsu, a soli 14 anni con il Maestro Franco Avellino, poi il Karate e il Judo dove, da agonista, ha vinto numerose gare per diplomarsi poi all'Accademia della Filpj Augusto Ceracchini a Roma. Iniziata la pratica del Karate nel 1962, è stato la cintura nera più giovane d'Italia, più volte campione italiano, con 11 presenze in azzurro, è stato capitano della Nazionale partecipando al 1° campionato del mondo a Tokio nel 1970; conoscitore di vari stili di Karate si è allenato con i più grandi nomi delle Arti Marziali, sia Nazionali che Internazionali **Kase, Shirai, Kanazawa, Toyama** e altri. Il suo primo Maestro è stato Francesco Romani, poi i Maestri Tetsuji Murakami Paladino dello Shotokai e Piero Campolmi. Nel suo palmares sportivo molti risultati importanti tra cui spiccano:

5°CLASS.A SQUADRE CAMPIONATI MONDIALI KARATE TOKYO OTTOBRE 1970

3°CLASS CAMPIONATI EUROPEI A SQUADRE KARATE BRUXELLES 17 MARZO 1971

Consigliere Nazionale per tre quadrienni Olimpici del CSEN, (Centro Sportivo Educativo Nazionale) il più importante ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI dove, per ben 15 anni, è stato il direttore Tecnico per il Karate. E' stato M° della Fijlkam. Attualmente è 9° Dan di Karate, componente della Commissione Tecnica Nazionale, Maestro di JUDO, JU JITSU e Ins. Tecnico di KENDO, ha costituito a Livorno il Nucleo addestrativo Autodifesa di Polizia CSEN (Core Self Training Police CSTP) riconosciuto Ufficialmente dalla S.I.P.L. (Scuola Interregionale di Polizia Locale con sede a Modena) delle Regioni Emilia Romagna Liguria e Toscana, con l'incarico di tenere Corsi di Formazione di Autodifesa per gli Agenti di Polizia Locale e la Formazione dei Tecnici, di cui è il Responsabile Nazionale CSEN di Autodifesa di Polizia, attualmente fa parte del Consiglio Nazionale dei Delegati CSEN, Vice Coordinatore Nazionale, Responsabile per la Regione Toscana per le Arti Marziali Presidente del Comitato Provinciale CSEN di Livorno e Direttore Tecnico per il Karate dell'Accademia dello Sport di Livorno da dove sono usciti molti Campioni.



Sessione da non perdere dove il Maestro Fasulo ci delizierà con tutta la sua esperienza e conoscenza!!

**INIZIO SESSIONE
STAGE ORE 17:00**



SABATO 21 OTTOBRE STAGE CON IL MAESTRO MASSIMO COSTANZO

6° DAN KARATE

Il Maestro Massimo Costanzo 6° Dan nel pomeriggio di Sabato 21 Ottobre alle ore 15:30 aprirà la due giorni del seminario "LA VIA". La sessione pratica sarà improntata sul Kata Kanku-Dai dove il Maestro approfondirà gli aspetti applicativi con riferimenti anche alla pratica nei vari stili.

Il M° Costanzo inizia la pratica del karate a 12 anni nel 1975, entrando timidamente nella palestra che lo vedrà diventare dopo tanti anni Maestro.

Nel 1980 acquisisce la cintura nera e nel 1984 la qualifica di allenatore, prosegue nella pratica fra agonismo e tradizionale, sino a quando 1986 si dedicherà definitivamente all'insegnamento diventando allenatore delle squadre di kata del comitato regionale della FiJLKAM conquistando un terzo posto nel 2005 e un secondo posto al campionato italiano per rappresentative regionali nel 2007, successivamente ai risultati nazionali parteciperà in qualità di tecnico a due campionati europei per regioni a Parigi nel 2006 e Novisad nel 2007.

Consegnerà la qualifica di Maestro nel 2006 e dal 2009 al 2020 ricopre il ruolo di commissario tecnico regionale Toscana FiJLKAM, nel 2012 ottiene il grado di 6° Dan. In questi anni ha seguito la formazione dei nuovi quadri tecnici (in collaborazione anche con l'università di Firenze) e dei corsi per i passaggi di Dan.

Negli ultimi anni si è dedicato oltre che all'agonismo al karate "tradizionale" approfondendo la pratica del kata anche negli altri stili oltre allo Shotokan e Shito Ryu.

Nel corso degli ha collaborato con scuole elementari e medie superiori per lo svolgimento di corsi di difesa personale e karate, con varie dimostrazioni interscolastiche regionali.

Una interessantissima sessione di apertura dove il Maestro Costanzo ci trasporterà nello studio approfondito del Kata Kanku-Dai



INIZIO SESSIONE STAGE ORE 15:30



SABATO 21 OTTOBRE CONFERENZA

KATA: LA MAPPA DEL TESORO

L'incontro di sabato 21 ottobre sarà una Jyu-Ippon-Conferenza,

in cui il Maestro Paolo Ornaghi dialogherà con Martino Giorgi stimolandolo a esporre il significato filosofico che risiede nei nomi dei Kata.

Martino Giorgi e Ornaghi disseppelliranno i riferimenti al Taoismo, allo Shintoismo e allo Zen che risuonano in parole come "Kanku", o "Bassai", o "Heian", o "Unsu", o "Gankaku", e in tutto il lessico di nomenclature dei Kata Shotokan.

Dietro ad ognuna di queste parole che utilizziamo quotidianamente nella pratica, infatti, si celano secoli di tradizione, di storia, di mistica, di filosofia. Riferimenti di immagini, di Kanji, a tematiche come il Vuoto, il *Ki*, i *Kami*, e divinità buddhiste, a numeri mistici, e riferimenti al Satori o al Tao;

Questi significati sono la 'circolazione sanguigna' del karateka, che alimentano la sua pratica e che le danno la sacralità che essa merita, sia essa consaputa o meno dal praticante. Chi sa riconoscerli, dice la tradizione, governa anche un livello di efficacia infinitamente più elevato, perché consapevolezza e applicazione vanno insieme, nelle arti marziali.

Compito di questa conferenza sarà di esplorare questi significati in modo introduttivo, disegnando una mappa (per quel che è possibile fare in un incontro breve) del pensiero filosofico orientale, lasciando che siano i Kata a guidarci lungo il tragitto.

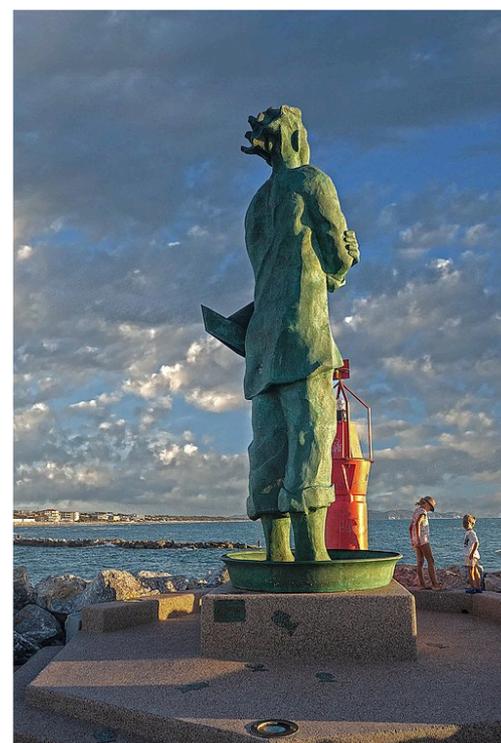


M^oPAOLO ORNAGHI



MARTINO GIORGI

Per la terza edizione del seminario “LA VIA abbiamo scelto San Vincenzo (LI). **San Vincenzo** è una delle destinazioni da non perdere lungo la cosiddetta costa degli Etruschi, litorale che comprende buona parte della fascia costiera della provincia di Livorno. Una famosa meta turistica, frequentata in egual modo da toscani e stranieri, in prevalenza tedeschi, grazie soprattutto alla sua lunghissima spiaggia, di cui molti tratti sono liberi: vi troverete quindi immersi nella natura, in una cornice selvaggia fatta di sabbia, pineta e mare, dove poter passeggiare per chilometri e chilometri senza incrociare nessuno. Naturalmente, San Vincenzo mostra anche il suo lato più festoso e modaiolo: ve ne accorgete passeggiando per le vie del centro piene di negozi e locali, oppure lungo il porto turistico di recente costruzione, la marina di San Vincenzo, dove non mancano i bar e i ristoranti, per cenare o bere qualcosa all’aperto circondati dagli yacht. Molto interessante anche il fatto che a San Vincenzo la spiaggia cittadina si trova praticamente in centro, e pertanto potrete raggiungerla comodamente a piedi dal vostro hotel o appartamento dimenticandovi l’auto per tutta la vacanza. Se poi volete alternare vita da spiaggia a visite culturali, San Vincenzo è un’ottimo compromesso: non perchè la cittadina sia densa di monumenti o cose da vedere, quanto per il fatto che nei suoi dintorni ci sono alcune attrazioni di primo livello decisamente da non perdere, sia dal punto di vista storico come **Suvereto** o **Populonia**, sia dal punto di vista enogastronomico, come **Bolgheri** o **Montescudaio**, veri e propri paradisi per gli amanti del vino.



CENA CON IL MAESTRO DIDIER LUPO

Terminata la conferenza intorno alle ore 20:15 per chi vorrà ceneremo tutti insieme in compagnia dei Maestri Fasulo e Costanzo dove ci raggiungerà anche il Maestro Didier Lupo.

Menu 21 ottobre

Cena

Carpaccio di Cinta Senese con riduzione all'arancio di Sicilia

Penne Di Grano Duro Con Pomodoro San Marzano E Crema Di Parmigiano Reggiano DOP

Straccetti Di Controfiletto Brasati Con Riduzione Di Balsamico E Verdure Dorate

Semifreddo Alla Vaniglia

Caffè Lavazza Selezione Top Class

Acqua Minerale Panna E S. Pellegrino

Ginestraia Bianco Della Cantina "Masi" – Malvasia Toscana E Trebbiano

Ginestraia Rosso Della Cantina "Masi" – Sangiovese, Merlot

€ 30.00



PER CHI VORRÀ ADERIRE ALLA CENA SI PREGA DI PRENOTARE IL POSTO CONTATTANDO L'ORGANIZZATORE E FORNENDO NUMERO PERSONE NOME COGNOME E RECAPITO CELLULARE ALL' EMAIL: csenpisa@gmail.com

Costo cena su prenotazione da pagare in loco 30 euro



CONVENZIONE ALBERGHIERA



Quotazione Appartamento in formula Residence, con Colazione a Buffet inclusa (biancheria da camera e da bagno all'arrivo e pulizia finale)

Eventuali pasti saranno disponibili a la carte, su prenotazione al momento della conferma prenotazione	occupazione	1	persona	105,00 €	per persona a notte
	occupazione	2	persone	60,00 €	per persona a notte
	occupazione	3	persone	45,00 €	per persona a notte
	occupazione	4	persone	37,00 €	per persona a notte

Richieste di regimi alimentari specifici o intolleranze sono soggette ai seguenti supplementi:

- Menù per Vegani - € 5.00 supplemento a persona a pasto
- Menù per Celiaci - € 5.00 supplemento a persona a pasto
- Gli orari dei servizi ristorazione saranno definiti successivamente alla conferma, Acqua naturalizzata sempre inclusa.
- La quotazione include un solo servizio di prima colazione, l'eventuale seconda colazione dopo l'allenamento mattutino è soggetta a supplemento

Utilizzo Piscina Olimpionica con prenotazione corsie

- Piano piscina da condividere
- È obbligatoria l'utilizzo della cuffia
- Per utilizzare la Piscina è obbligatorio inviare al momento della conferma prenotazione una copia del brevetto di bagnino/salvataggio del Coach stesso della squadra (o altra persona all'interno della squadra e presente sul posto). La copia della licenza di salvataggio è obbligatoria da inviare al Resort.

Servizi Inclusi

- Parcheggio all'interno del Resort, su richiesta anche per pullman
- Utilizzo delle piscine (quella olimpionica solo nelle corsie non riservate ai gruppi sportivi in casa)
- Utilizzo Palestra (l'accessibilità alla palestra, a causa delle restrizioni Covid, non può essere al momento garantita)
- Utilizzo campo da Calciotto e Tennis con luce diurna su richiesta e su disponibilità
- Utilizzo campi Pallavolo/Volley su erba su richiesta e su disponibilità
- Biancheria all'Arrivo con cambio settimanale
- Pulizia Finale non incluso l'angolo cottura
- Wi-Fi nelle aree esterne (non disponibile all'interno degli Appartamenti)

Servizi Extra non Inclusi

- Affitto Corsie Piscina
- Modifiche al Pacchetto Mezza Pensione e Pensione Completa per Sportivi proposto
- Bevande extra non incluse nel pacchetto Mezza Pensione e Pensione Completa per sportivi proposto



Poggio all'Agnello Sport & Active Holidays - Loc. Poggio all'Agnello, 31 57025 Piombino LI Tel +39 0565 297300 Fax +39 0565 297304
www.poggioallagnello.it - sales@poggioallagnello.it

Pagamenti

- 30% di acconto (del totale servizi prenotati) da ricevere accreditato alla conferma o dal ricevimento della e-mail di conferma (quello che riceviamo prima); Acconto non rimborsabile in caso di cancellazione della prenotazione.
- 70% saldo entro 7 giorni prima della data d'arrivo NON SI ACCETTANO ASSEgni. Saldo non rimborsabile in caso di cancellazione della prenotazione.

Annullamenti: In caso cancellazione della prenotazione il committente sarà soggetto alle seguenti penali:

- Penale del 30% in caso di cancellazione totale fino a 15 giorni prima dell'arrivo.
- Da 14 a 7 giorni prima dell'arrivo il 50% dei servizi cancellati sarà addebitato a titolo di penale.
- Da 6 giorni fino alla data di arrivo, per eventuali no show e partenze anticipate il 100% dei servizi sarà addebitato a titolo di penale



CONVENZIONE ALBERGHIERA




POGGIO ALL'AGNELLO
SPORT & ACTIVE HOLIDAYS



PRENOTAZIONE ALBERGHIERA



Per le prenotazioni basta inviare una mail a : sales@poggioallagnello.it
Specificando il tipo di alloggio (occupazione in singola, doppia, tripla oppure quadrupla) e fornendo Nome e cognome e recapito telefonico di chi prenoterà
Indicando la convenzione "SEMINARIO DI KARATE"

Per i pagamenti ogni appartamento potrà pagare il totale **10 giorni prima dell'arrivo**, non importa avere una caparra.(per il costo appartamento fare riferimento alla pagina 8)

www.poggioallagnello.it

Poggio all'Agnello Sport & Active Holidays - Loc. Poggio all'Agnello, 31 57025 Piombino LI Tel +39 0565 297300 Fax +39 0565 297304



MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Le iscrizioni al Seminario LA VIA 3° EDIZIONE dovranno pervenire al Comitato Provinciale CSEN Pisa **entro il 18 Ottobre per esigenze organizzative**.

Per iscrivervi basterà inviare E-mail alla segreteria csenpisa@gmail.com indicando nome, cognome, numero di telefono del partecipante specificando **“SEMINARIO LA VIA 3° EDIZIONE 21-22 OTTOBRE”**.

L'intero Seminario comprensivo delle due giornate 21-22 Ottobre prevede il costo di **30 Euro**. Per chi vorrà partecipare ad una singola giornata il costo resta invariato

Il versamento per l'iscrizione al seminario potrà essere effettuata in loco oppure

tramite bonifico bancario su c/c del CSEN Comitato Provinciale di Pisa:

IBAN IT44K0637014000000010009595

Intestato a Centro Sportivo Educativo Nazionale Comitato Provinciale di Pisa
Cassa di Risparmio di Volterra

Si prega di indicare come causale del versamento: **"Nome Cognome, LA VIA 3°EDIZIONE 21/22 OTTOBRE inviare via email la copia dell'attestazione di avvenuto pagamento**

Per informazioni potete contattare:

M°Roberto Ninci 3470127797, Presidente Comitato csen Pisa Tamara Carli 3461663612, Presidente comitato Csen Livorno M°Alessandro Fasulo 3290765279

