



Numero 4 · Marzo 2010

NEWSLETTER

CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE

www.csen.it



SPORT PERICOLOSO



**EDITORIALE**

Bambini e alcol. C'è qualcosa che non funziona...

Alcolismo a 13 anni. Nella notte di sabato 28 febbraio, i Carabinieri hanno effettuato un blitz nella discoteca La Mecca, di Rimini, e hanno riscontrato vari episodi di vendita di alcol a ragazzini; in un caso addirittura ad un bambino di 10 anni. L'episodio è solo la punta dell'iceberg di un fenomeno che sta registrando dati preoccupanti.

Sono sempre di più i giovanissimi che acquisiscono precocemente le peggiori abitudini degli adulti, stimolati da una sottocultura dei consumi che li spinge dimostrarsi più maturi di quel che sono. L'alcolismo fra i preadolescenti è solo un altro aspetto - l'ennesimo - della cosiddetta "emergenza educativa".

Stranamente, quando si parla di problematiche giovanili, e quando emergono queste situazioni "catastrofiche" il momento dell'interrogativo autocritico sul "si poteva evitare" viene evitato furbescamente dilatandolo sull'ampio terreno delle vaghe e indistinte responsabilità comuni: "è colpa della società, della mancanza di valori"... Tuttavia, esiste un minimo comune denominatore di tutti questi allarmanti fenomeni: il rifiuto aprioristico della sanzione e del divieto. La parte più dura, e forse anche quella più efficace dell'educazione, il famoso "no che aiuta a crescere" viene vista come

qualcosa di aprioristicamente negativo, al solito grido di "non serve vietare, occorre educare". In pochi però spiegano come si dovrebbe educare. Ebbene, da che mondo e mondo, in ogni sistema di formazione, e in modo macroscopico nelle discipline sportive, il comportamento sbagliato viene sanzionato e punito. Un'entrata a gamba tesa, una falsa partenza, un fallo di mano, il doping, qualsiasi comportamento che non faccia parte delle regole del gioco e sia distruttivo per l'individuo viene sanzionato e può addirittura portare alla squalifica del giocatore. Cosa c'è di sbagliato in questo? Certo, sarebbe più facile, più comodo per gli educatori non dover mai assumere la "faccia feroce del cane da guardia", nella pia illusione che i destinatari della loro opera educativa, lasciati a se stessi, si autoregolino magicamente. Purtroppo non è così. Il timore della sanzione è uno degli stimoli più efficaci per far comunque rispettare le regole anche se si è troppo giovani e immaturi per capirne il profondo motivo di essere. Soprattutto, una cosa non esclude l'altra: l'educazione "maieutica", positivamente mirata a rendere consapevole il ragazzo può e deve senz'altro coniugarsi con un uso responsabile e corretto della sanzione. E' ora di capirlo.

SOMMARIO:

Notizie Nazionali	3
Notizie Coni	4
Spazio Settore Csen	5
Focus	6
Flash News Csen	8
Fatti e Misfatti Sportivi	13

INVIA LE
TUE NOTIZIE
ALL'UFFICIO
STAMPA

UFFICIO STAMPA CSEN:

Via Orvinio, 2
00199 Roma
Tel: 06.86.38.51.12
Fax: 06.86.32.81.75
ufficiostampa@arsmediagroup.it





• **CONI: IL 13 APRILE SEMINARIO SUGLI SPORT DI SQUADRA. TRA I RELATORI SACCHI, LIPPI, BARBOLINI E CAMPAGNA**

Un seminario sugli sport di squadra. E' questo il prossimo appuntamento organizzato dal CONI (Direzione Sport e Preparazione Olimpica, Istituto di Scienza e Medicina dello Sport e Scuola dello Sport) nell'ambito del proseguimento dei programmi formativi in vista dei Giochi Olimpici di Londra 2012. Il seminario internazionale è in programma martedì 13 aprile, con inizio alle ore 9, e si svolgerà a Roma nel Salone d'Onore del CONI. Al seminario parteciperanno tutti i Commissari Tecnici delle Federazioni Sportive Nazionali e delle Discipline Sportive Associate. Tra i relatori già confermati ci saranno Arrigo Sacchi, che parlerà di "Evoluzione tecnico-tattica del calcio", Marcello Lippi,

che si soffermerà su "Gestione del gruppo negli sport di squadra", Massimo Barbolini e Alessandro Campagna, i quali affronteranno il tema della preparazione fisica negli sport di squadra, rispettivamente nella pallavolo e nella pallanuoto. Tra i relatori stranieri saranno presenti Jens Bangsbo, Professore del Dipartimento di Scienza dello Sport dell'Università di Copenhagen ("La fisiologia degli sport di squadra"), Mark Williams, Professore dell'Istituto di Ricerca e Scienza dello Sport dell'Università di Liverpool ("La relazione allenatori-atleti" negli sport di squadra) e John Cronin, Professore metodologo esperto nell'allenamento della forza dell'Università di Auckland ("L'allenamento della forza negli sport di squadra"). Altri relatori già confermati sono Carlo Castagna, Dario Dalla Vedova e Pierluigi Fiorella. Potranno assistere ai lavori, su richiesta, anche i rappresentanti dei media. **Fonte: www.coni.it**

• **ANTIDOPING: LA PROCURA DEFERISCE FLACHI (CALCIO) E CHIEDE LA SQUALIFICA A VITA**

L'Ufficio di Procura Antidoping ha disposto il deferimento dell'atleta Francesco Flachi (tesserato per la FIGC - Società Brescia Calcio) al Tribunale Nazionale Antidoping del CONI, per il riconoscimento della responsabilità in ordine alla seconda violazione dell'art. 2.1. del Codice WADA in relazione alla positività per presenza di Benzoilecognina, in occasione del controllo antidoping disposto al termine della gara di Campionato di serie B "Brescia-Modena", disputata a Brescia il 19 dicembre 2009, con conseguente applicazione della sanzione nella misura massima edittale della squalifica a vita ai sensi dell'art. 10.7.1 del Codice WADA.

Fonte: www.coni.it





• **COMITATO REGIONALE LAZIO - SETTORE KARATE SISTEMA DI ISCRIZIONI ON LINE.**

Nasce un nuovo modo di iscriversi alle competizioni: Sistema IOL.

Lo scopo del sistema di iscrizioni on-line (IOL) del CSEN Settore Karate Lazio è quello di mettere a disposizione delle società sportive uno strumento utile e certo per effettuare le iscrizioni agli eventi gara che il Comitato Regionale effettua durante la stagione sportiva.

Disponendo di un sistema centralizzato per collezionare tutte le informazioni necessarie allo svolgimento delle attività di iscrizione, controllo e generazione delle liste degli atleti interessati, per l'Insegnante Tecnico sarà possibile da una qualunque postazione in rete, effettuare nei tempi

e nei modi previsti, la gestione delle iscrizioni dei propri atleti avendo l'immediata certezza dell'operazione con riscontro cartaceo da poter stampare. Il sistema prevede che alcune funzioni vengano effettuate una sola volta (registrazione /a attivazione, schede della società e del Tecnico) .

Man mano che il Tecnico registrerà i suoi atleti, i dati rimarranno disponibili in archivio per le successive iscrizioni operando con semplici e veloci azioni

Pertanto dopo un minimo sforzo iniziale di caricamento dei dati, nelle successive iscrizioni l'operazione sarà molto veloce e dovranno essere gestite soltanto eventuali variazioni dell'anagrafica atleti.

Attualmente il sistema gestisce fino a due gare in contemporanea

diversificando le iscrizioni per Gara_1 e Gara_2 nelle specialità Kata, Kumite e Minicombinata nelle opzioni Individuale e a Squadra.

La sezione mini-combinata sarà ulteriormente sviluppata in base alle eventuali esigenze.

E' raccomandata l'attenta lettura del manuale per il corretto utilizzo della procedura ed il facile raggiungimento dei risultati desiderati. Ulteriori quesiti per aspetti non contemplati possono essere sottomessi al gestore della procedura IOL scrivendo all'indirizzo di posta elettronica iscrizioni_online@csekaratelazio.it Requisiti per l'utilizzo. La procedura Iscrizioni Online "IOL" può essere utilizzata da una qualunque postazione PC con connessione alla rete internet, indipendentemente da qualsiasi





sistema operativo (Windows, Linux etc) tramite l'utilizzo di un qualsiasi browser quali Internet Explorer, Mozilla, Firefox, Safari etc. E' raccomandato l'uso di una stampante utile alla produzione degli elaborati che la procedura mette a disposizione. Attenzione A partire dalla prossima manifestazione (prevista per l'11/02/2010) le iscrizioni avverranno esclusivamente con il nuovo sistema. Tutti gli interessati sono invitati ad accedere al sistema e creare gli archivi evitando di creare inutile accumulo di attività da effettuare a ridosso del termine delle iscrizioni. Accedendo

sin da ora sarà possibile familiarizzare con l'operatività del sistema e poter effettuare quando necessario le iscrizioni in modo veloce e sicuro.

da Ufficio Stampa CSEN





• VIGORESSIA O BIGORESSIA: DISTURBO AL MASCHILE

Per mantenersi in buona salute risultano essere importanti sia l'alimentazione che l'attività fisica. Purtroppo oggi esiste una considerevole parte di popolazione che tende ad evitare alcuni cibi e, nel medesimo tempo, a svolgere attività fisica in maniera eccessiva. In questo modo, delle normali attività come mangiare e "muoversi" diventano una vera e propria ossessione. In particolare, in questi anni, nella nostra società, si tende a dare eccessiva importanza all'aspetto fisico, quasi fosse il fulcro della nostra vita. Così, tende ad aumentare il numero di persone colpite dai "famosi" disturbi dell'alimentazione. Inizialmente tali disturbi interessavano principalmente l'universo femminile, oggi invece, anche gli uomini sono ossessionati dall'apparenza e dalla loro fisicità. Fino

a poco tempo fa si parlava di anoressia, bulimia e disturbo da alimentazione incontrollata, oggi invece esiste anche la fissazione per l'ipertrofia del muscolo. Questa tendenza nasce dalla falsa convinzione che avere una corporeità "perfetta" sia una peculiarità preminente della personalità. E' proprio attraverso queste idee che, alcune persone mettono in atto dei comportamenti quali:

- trascorrere molto tempo tra le mura delle palestre;
 - mettere in atto in maniera esasperata degli allenamenti che possano fortificare il tono del muscolo;
 - contemplarsi continuamente allo specchio;
 - sottoporsi a delle diete iperproteiche, tenere il proprio peso sempre sotto controllo, ecc.
- Dietro tali comportamenti si può celare il disturbo di cui mi propongo di accennare attraverso il presente articolo: la bigoressia.

• LA BIGORESSIA

Definizione: "sostantivo femminile [composto dell'inglese big 'di grandi dimensioni, grosso' e di oressia 'senso dell'appetito' (dal greco óreksis 'deside-

rio, appetito)', sul modello di anoressia; confronta con l'inglese bigorexia]. (neologismo) Alterata percezione della propria immagine corporea che, congiunta a una cronica insoddisfazione per il proprio aspetto fisico, porta, soprattutto tra i ragazzi e i giovani adulti, a una applicazione maniacale all'esercizio fisico praticato in palestra (body building in particolare) e all'adozione di diete squilibrate sostenute spesso da un uso scorretto di farmaci, con possibili rilevanti ricadute sulla salute dell'individuo; vigoressia, anoressia inversa". La bigoressia è stata descritta per la prima volta da Harrison Pope Jr. Egli definisce il bigoressico come una persona che tende a ricercare delle modalità compensatorie al fine di aumentare il proprio tono muscolare (utilizzando anche delle sostanze dopanti) e ridurre il grasso. La bigoressia può essere definita come una vera e propria patologia. Infatti, la persona bigoressica patisce un'insoddisfazione forte e permanente inerente al proprio aspetto fisico, ha una forte paura di restare priva dei propri muscoli e del proprio stato di perfetta forma. A tali convinzioni seguono delle condotte auto-punitive, come ad esempio:

- * sottoporsi a degli esercizi laboriosi;





* seguire delle diete molto rigide.

Per di più, spesso, a questi comportamenti si associa l'uso ed abuso di integratori alimentari, e nei casi più estremi di steroidi anabolizzanti. Nel primo caso ci riferiamo a delle sostanze presenti nel cibo che, però, vengono scelte e prodotte a livello industriale sotto forma di capsule, pastiche, bustine, ecc, al fine di facilitare la copertura del nostro fabbisogno giornaliero. Nel secondo caso, invece, si fa riferimento a delle sostanze sintetiche che hanno degli effetti simili a quelli degli ormoni sessuali maschili. In particolare, questi ultimi inducono ad un aumento della massa musco-

lare. Inoltre, gli steroidi determinano anche una diminuzione della massa grassa. La bigoressia inoltre, ha tutta una serie di effetti sul benessere dell'individuo, come, ad esempio, problemi inerenti al metabolismo, disturbi depressivi, cardiovascolari e del sistema nervoso. In particolare questa patologia colpisce i ragazzi, soprattutto durante l'adolescenza. Come sappiamo, infatti, in questa fase dell'età dell'individuo è alla ricerca di un modellamento della propria forma fisica. A differenza dell'anorexia, questo disturbo si manifesta principalmente nei maschi piuttosto che nelle femmine. A proposito di anorexia, alcuni medici sono soliti definire la bigoressia



anorexia inversa. Esiste infatti, un'interessante differenza o una caratteristica inversa tra l'anorexia e la bigoressia.

Tale differenza si riferisce al fatto che l'anorexia si vede grassa nonostante la sua fisicità sia minima, mentre il bigoressico si vede piccolo, ed è proprio in questa piccolezza fisica che egli vede la sua debolezza. La bigoressia è stata anche ribattezzata come 'Complesso di Adone', personaggio della mitologia greca rappresentante l'idea della magnificenza mascolina intesa come compiutezza corporea.

Dr. Alfredo Procino

Spec. in Scienze della Nutrizione

Ph.D in Scienze dell' Alimentazione

Ricercatore presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia di Napoli Università degli Studi "Federico II"

Direttore Tecnico dei Corsi di Fitness del Comitato Provinciale CSEN Napoli





•STAGE ARTE MARZIALE

Domenica 21 marzo 2010 presso la palestra In Joy (ex Audax Turma) di viale Milazzo 35 a Parma è stato realizzato una stage di arte marziale: "HP-MMA è più che dare un pugno o un calcio! E' un concetto da sviluppare in ogni area della vita finalizzata a migliorare e raggiungere le mete in qualsiasi ambito della vostra vita."

Lo Stage si è rivolto a tutti, anche chi non ha mai praticato Arti Marziali. Sono state apprese tecniche che possono essere utili per salvarsi da un'aggressione per strada e tornare a casa.

Lo Stage è stato diretto dal Fondatore dell'HP-MMA il Maestro Augusto Baracco in collaborazione con gli Istruttori della sua Accademia.

PER INFORMAZIONI CONTATTARE L'ISTRUTTORE DARIO D'AMICO AL CELLULARE 339.7912123

ESTATE 2010
SESTOLA DANZA
5ª Edizione
4 - 10 Luglio
SCUOLA ESTIVA

Classica Contemporanea
Modern Hip hop
Ragga jam Sbarra a terra

Scadenza iscrizioni 15/5/2010

INFORMAZIONI E ISCRIZIONI: Marina Finazzi 329.2128368
marina.finazzi@stafwebnet.it
Comune di Sestola - Ufficio turistico 0536.62324

• ESTATE 2010 SESTOLA DANZA 5° EDIZIONE

Per questa estate 2010 il Comune di Sestola ha messo in programma la sua quinta edizione Sestola Danza. Il programma prevede una settimana di danza (dal 4 al 10 luglio), per bambini e giovani allievi guidati da prestigiosi insegnanti internazionali. I docenti che parteciperanno sono: Aurelie Klutchnikof di Cofedance Marsiglia CONTEMPORANEA, Anne Juds di Hamburg Dance School MODERN, Alessia Goldoni HIP HOP RAGGA JAM Alberto Alvarez Becerra del

Balletto Nazionale di Cuba CLASSICA, Manon Perrone di Cofedance Marsiglia CLASSICA E CONTEMPORANEA.

I costi per una settimana completa di 3-4 lezioni quotidiane è di 420, 00 euro; settimana di lezione singola quotidiana 90,00 euro. Le lezioni si svolgeranno presso strutture adeguate messe a disposizione dal Comune di Sestola da lunedì 5/7 a sabato 10/7. Sabato le lezioni saranno aperte ai genitori solo al mattino. Il collegio degli insegnanti assegnerà 2 borse di studio agli allievi più meritevoli che consistono nella partecipazione gratuita all'edizione 2011. Tutti i partecipanti riceveranno un attestato di partecipazione.

• STAGE NAZIONALE ARTI MARZIALI NORCIA

Il 9-10-11 Aprile al Silicone Sport Center, Norcia (PG) è in programma lo stage Arti Marziali con la partecipazione di docenti nazionali ed internazionali.

• 13-14 Marzo Trofeo Nazionale Judo

Il 13 e 14 marzo si tenuto il Trofeo Nazionale Judo città di Bari riservato a ragazzi, esordienti, cadetti, juniores e senior.





L'evento si è tenuto a Bari al Palazzetto "Palestra Francesco Martino" Ex Gil.

La gara ha visto la partecipazione di molti giovani atleti. Nella prossima newsletter saremo felici di inserire la classifica dell'evento.

• 2° Trofeo di Karate "Monti Lepini"

Paradisi Maurizio, Parravani Gianluca e Salvatori Alberto del settore Karate Regione Lazio e con l' A.S.D. Karate Lepino presentano la Gara inter-regionale individuale e riservate a TUTTI i tesserati CSEN in programma Domenica 11 Aprile 2010 presso Palestra I.S.I.S.S. Teodosio Rossi Via del Montanino Priverno (Lt).

Per motivi organizzativi le iscrizioni alla gara dovranno pervenire entro e non oltre le ore 24 del 07/04/2010 al www.csenkaratelazio.it/iol.

Tutte le iscrizioni pervenute oltre tale termine non potranno essere accettate.

Le iscrizioni dovranno pervenire entro e non oltre il 7 aprile.

Eventuali modifiche della lista già trasmessa saranno accettate sino alle ore 24 di venerdì 9 aprile, per consentire la stesura definitiva dei tabelloni di gara. Ne consegue che ogni società è tenuta a

pagare l'importo relativo al numero degli atleti iscritti. Non si accettano iscrizioni sul posto. Il costo dell'iscrizione alla gara per ogni atleta è di 10,00 e di 20,00 per ogni squadra. Le squadre possono essere miste (2 maschi e 1 femmina e viceversa) verranno iscritte nella categoria dell'atleta più anziano e/o del grado superiore (es. 1 es.A arancio es.B gialla e 1 verde Cad. verranno inseriti nella categoria V/Blu Cad.).

La gara è riservata a tutti gli atleti rego-

lamente tesserati con il CSEN - Fijlkam e/o con Enti di Promozione Sportiva convenzionati. Saranno ammessi ai bordi dell'area di gara max 2 tecnici in tuta sociale per società cui verrà consegnato il relativo pass.

Verranno premiate le prime 5 Società classificate

• INFORMAZIONI IMPORTANTI DAL MONDO DEL KATA REGIONE LAZIO

E' in atto il nuovo regolamento Competizione di Kata Regione Lazio Kata individuale:

Qualunque sia il numero degli atleti iscritti in ogni categoria è prevista la fase eliminatoria a punteggio; i primi quattro classificati effettueranno la fase successiva a bandierine.





Per gli atleti cinture marroni /nere delle Categorie Cad/Jun./Sen. è previsto il regolamento a bandierine con recupero.

Kata Squadre:

Per tutte le categorie è previsto il regolamento a punteggio qualunque sia il numero delle squadre iscritte. N.B. Per tutte le categorie in caso di spareggio è previsto il regolamento a bandierine.

Regolamento Competizione di Kumite

Regione Lazio:

Qualunque sia il numero degli atleti iscritti in ogni categoria è previsto il regolamento a bandierine senza recupero per le cinture colorate fino alla blu .

Per gli atleti cinture marroni /nere è previsto il regolamento a bandierine con recupero.

• STAGE NAZIONALE DIFESA PERSONALE T.D.S In collaborazione con ASSOCIAZIONE EUROPEA OPERATORI POLIZIA

Nei giorni 20 e 21 Marzo 2010 a Roma, presso il centro sportivo "BRACELLI CLUB " Via Mattia Battistini 260, è stato organizzato uno stage di difesa personale T.D.S. aperto a : principianti, esperti, allenatori e Istruttori del sistema T.D.S.

Hanno partecipato persone che non hanno mai aderito a nessun corso di difesa personale, corsi di arti marziali o sport da combattimento. Come sottolineato dagli istruttori non è prevista nessuna preparazione particolare, per chi volesse conoscere le nozioni di base. Inoltre era aperto a praticanti di arti marziali e sport da combattimento compresi Allenatori Istruttori e Maestri delle stesse.

Durante lo svolgimento dello stage si sono valutate le capacità dei partecipanti che hanno seguito i corsi T.D.S. nelle varie palestre, per conseguire le qualifiche di Allenatore o Istruttore.

Lo stage, di due giorni, si articolerà nei seguenti orari: 9,30 – 13,00 pausa pranzo e 14,30 – 18,00, il costo di partici-

zione è di 50,00.

Per chi consegue la qualifica di Istruttore T.D.S. sarà possibile, inoltre, richiedere l'iscrizione, il tesserino e la relativa placca di appartenenza al gruppo dei volontari di Associazione Europea Operatori Polizia.

Ricordiamo che per il mantenimento della qualifica di Allenatore ed Istruttore è necessario aver partecipato almeno ad uno stage annuale.

A tutti i partecipanti dello stage è stato consegnato un attestato di partecipazione.

Durante lo stage una commissione ha valutato, previa richiesta dei responsabili tecnici dei vari corsi, coloro i quali potranno prendere parte alla verifica per il conseguimento dell'attestato di allenatore.

Per il rilascio dell'attestato di Allenatore, oltre al costo dello stage di 50,00, ed in caso di accertata idoneità è prevista una quota aggiuntiva di 100,00 per il rilascio di un attestato che permetterà di allenare solamente sotto supervisione di un Istruttore TDS.

Per il rilascio del diploma di Istruttore nazionale TDS, il costo aggiuntivo oltre a quello dello stage 50,00 è di 200,00 ed è comprensivo di: Iscrizione all'albo



Nazionale Istruttori + tesserino tecnico + diploma Nazionale

L'iscrizione all'albo Nazionale C.S.E.N. è prevista solo per la qualifica di Istruttore. Per coloro che sono già iscritti all'albo Nazionale C.S.E.N verrà registrata la qualifica aggiuntiva.

Per i fuori sede sono state stipulate delle convenzioni con alcuni hotel del centro di Roma.

**• CORSO REGIONALE DI FORMAZIONE PER ALLENATORI - ISTRUTTORI - MAESTRI SETTORE KARATE/KOBUDO/JUDO
COORDINATORE CORSO: M° MAURIZIO PARADISI (RESPONSABILE REGIONALE KARATE CSEN)**

M° Franco Penna (Responsabile Regionale Judo Csen) e i Docenti di Stile Nazionale e Regionale del Csen.

Hanno organizzato uno stage composto da 2 week-end con frequenza obbligatoria: sabato 13 e domenica 14 marzo 2010; sabato 27 e domenica 28 marzo 2010. Gli stage sono così strutturati:

il sabato dalle ore 09.30 alle ore 12.30 e dalle ore 14.30 alle ore 17.30 la domenica dalle ore 09.30 alle ore 12.30 e dalle

ore 14.30 alle ore 17.30 Il giorno ed il luogo per l'esame verrà comunicato durante l'ultimo giorno del corso .

REQUISITI BASE DI PARTECIPAZIONE:

Al corso potranno partecipare tutti gli associati in regola con il tesseramento per l'anno sportivo in corso 2009/2010 (vedi allegato).

COME ISCRIVERSI AI CORSI:

Per informazioni al corso contattare direttamente i Responsabili del Karate e del Judo.

La richiesta d'iscrizione dovrà essere inviata esclusivamente via e mail (karate.lazio@gmail.com), entro le ore 24,00 del 01/03/10.

I partecipanti dovranno presentarsi alle ore 09.00 del giorno di inizio, con abbigliamento e scarpe

idonee alla pratica e il proprio "GI", copia dei diplomi attestanti Dan e qualifiche già in possesso.

IL COSTO TOTALE DEL CORSO:

di Euro 330,00 / 350,00 (compreso Esame)- vedi specifiche in allegato.

DOVE SI SVOLGERÀ IL CORSO: Presso la sede del Csen Nazionale - Via Luigi Bodio, 57

Tel. 06/3294807 06/3294702

DISPONIBILITÀ CORSO: 20 posti.

Le date possono subire variazioni.

PROGRAMMA PER QUALIFICA DI INSEGNANTE TECNICO
SETTORE KARATE/KOBUDO/JUDO
ALLENATORE:

- Grado minimo richiesto: Cintura Nera 1° Dan

- Età minima: 18 anni compiuti
ISTRUTTORE:

- Grado minimo richiesto: Cintura Nera III° Dan e qualifica di Allenatore

- Età minima: 24 anni compiuti
MAESTRO:

- Grado minimo richiesto: Cintura Nera IV° Dan e qualifica di Istruttore

- Età minima: 40 anni compiuti

Il corso verrà strutturato in due week-end per complessive 30 ore di studio teorico e pratico più un esame finale.

La quota di partecipazione ammonta a Euro 330,00 per Allenatori e Istruttori, Euro 350,00 per Maestri e va versata direttamente all'inizio corso al Responsabile Regionale M° Maurizio Paradisi.

La quota comprende anche materiale didattico, tassa esame, diploma di qualifica, iscrizione all'Albo

Nazionale Insegnanti Tecnici del CSEN .

I moduli di iscrizioni vanno inviati via e



mail: karate.lazio@gmail.com e non oltre il 10 marzo 2010.

Infoline: M° Maurizio Paradisi

347/1830921 settore Karate

M°Franco Penna 335/8232625 settore

Judo Csen –Prov.le di Roma 06/8604534

www.csenkaratelazio.it

info@csenkaratelazio.it



• **CSEN CATANZARO**

1° Trofeo di Danza “Città di Botricello”
Il 21 marzo 2010 al Palazzetto dello Sport di Botricello è stato organizzato il 1° Trofeo di Danza Sportiva per tutte le discipline e per tutte le età.

Per informazioni Rivolgersi al Dottor Francesco De Nardo, tel. 3333989908
csencatanzaro@hotmail.com



• **GRANDE SUCCESSO AL PALA-TENNIS TAVOLO DI TERNI DELLA 18A EDIZIONE DEL TROFEO INTERNAZIONALE GIOVANILE DI JUDO GIANO DELL'UMBRIA .**

La manifestazione che ha compiuto la maggiore età sul territorio ternano, ha ottenuto il successo auspicato alla vigilia. Quattrocentoottantaquattro gli atleti al confronto. Sabato 6 marzo il trofeo “Judo Umbria Green per cadetti e Juniores ha ospitato 60 associazioni sportive con 210 atleti. La numerosa rappresentativa regionale Judo Marche, si aggiudica il trofeo con 154 punti sulla singola Associazione umbra X2 SPOLETO con 46 punti. Terza classificata l'asd Samurai Latina con 42 punti. Uno splendido secondo posto per l'atleta Italiani Giacomo della APD Yamashita Judo Club di Giano Società organizzatrice nella categoria kg 81. L'APD Yamashita di Giano è ancora sul podio con Camilli riccardo terzo nel-

la categoria kg 73 e con Falchi Angelica terza nella categoria kg 57. Gli agguerriti atleti maltesi si sono dovuti accontentare di un quinto e terzo posto.

Domenica 7 marzo i ducentosessantasette atleti presenti hanno dato vita ad una kermesse tecnico-agonistica di buonissimo livello. Il 18° Trofeo è andato alla Ass. Sport. Dil. K di K Napoli che con 114 punti; al secondo posto l'AsD Banzai Cortina Roma con 112 punti che si aggiudicò l'edizione 2009, al terzo posto con 82 punti l'ASD Team Romagna Judo. La prima Associazione Umbria è il Kodokan Gubbio al 9° posto.

La APD Yamashita al 35° posto può comunque vantare due prestazioni di rilievo nella categoria Kg 70 Femminile dove la giovane esordiente Colonna Meketu si aggiudica un primo posto battendo nell'ordine : Marturano Valentina del Judo Club Lipari e Busato Costanza dell'AS Banzai Cortina Roma. Buoni-



nissima anche la prova dell'esordiente Francesco Angelella Esordiente A alle sue prime esperienze agonistiche che si aggiudica una splendida medaglia di bronzo nella cat. kg 50 cedendo all'atleta sensi valerio del GS Vigili del fuoco livorna, ma battendo splendidamente Sepe Matteo dell'ASD Busen Marino Roma. Buona la prova dei due atleti esordienti del maestro Penna, Giulia Cambone nei 48 kg. E Carpentieri Andrea nei 50 kg che hanno portato a casa due bronzi di tutto rispetto.

Chi veramente ha vinto è comunque stata l'organizzazione curata dal M° Lamberto Parmegiano palmieri con il forte supporto dell'organizzazione del maestro Franco Penna responsabile nazionale judo CSEN. Con un funzionamento impeccabile con 35 ufficiali di gara in servizio per l'occasione. Una segreteria per l'accreditato atleti con 6 unità. Venti volon-

tari addetti alle cinque aree di gara ed al servizio d'ordine. Il patrocinio del Centro sportivo educativo nazionale CSEN che ha offerto, tatami e i premi per gli atleti ha completato il successo della macchina organizzativa. Hanno onorato con la loro presenza questa 18a edizione del trofeo di Giano dell'Umbria, oltre al sindaco del Comune umbro Paolo Morbidoni anche: Il Maestro Ernesto Giaverina presidente onorario FIJLKAM Umbria, il Maestro Nicola Distaso, il Presidente regionale dello CSEN Prof. Fabrizio Paffarini, per CONI il Presidente di Terni Avv. Massimo Carignani che ha pubblicamente ringraziato il M° Lamberto Parmegiano Palmieri e la FIJLKAM Umbria e il CSEN per la perfetta organizzazione. Tra le autorità civili hanno portato il saluto delle rispettive Amministrazioni l'assessore allo sport della Provincia di Terni Filippo Beco. Gli assessori comunali Renato Bartolini e Roberto Fabbrini, rispettivamente allo sport ed al turismo.

Il Presidente dell'APD Yamashita Judo Club Giano dell'Umbria e del Comitato organizzatore, l'Avv. Marco Parmegiano Palmieri, si ritiene molto soddisfatto di questa esperienza vissuta dal trofeo sul territorio ternano. Il merito di questa

grande soddisfazione è senza dubbio dell'accoglienza riservata all'evento dalle Amministrazioni che governano il territorio, Comune e Provincia di Terni. Gli amministratori dei due Enti auspicano che la 19a edizione, già programmata per il 5 e 6 marzo 2011, possa svolgersi sempre nell'accogliente e funzionale palatennistavolo Aldo De Santis.

L'evento è riuscita anche grazie all'indispensabile supporto degli sponsor: Axa Assicurazioni Spoleto, Hotel Park ristorante Montecerreto di Giano dell'Umbria, Autonoleggio Trasco Spoleto, Metal Infissi Spoleto, DECO' la casa ecologica di Bastardo di Giano dell'Umbria, "T Sport di Santa Maria degli'Angeli.





• **CURIOSPORT TERRY NE FA UN'ALTRA, INVESTE UNO STEWARD**

Il capitano del Chelsea ha travolto una persona dopo il match con l'Inter, andandosene da Stamford Bridge in compagnia della moglie Toni. Il membro della security dei Blues se l'è cavata con qualche escoriazione. E il difensore inglese gli ha anche telefonato per chiedere scusa. Non piove sul bagnato, diluvia. Da qualche tempo a questa parte John Terry non ne fa una giusta. Più o meno da quando è stato scoperto l'intrigo amoroso con vittima Wayne Bridge. E la serata di martedì non stona

affatto con questo clima. Prima è arrivata l'eliminazione in Champions League per mano dell'Inter. Poi, il fattaccio.

Terry sale in macchina nel parcheggio di Stamford Bridge assieme alla moglie Toni, con la quale si è clamorosamente riappacificato. Come sempre accade, la sua auto è stata circondata dai tifosi del Chelsea, desiderosi di consolarsi con l'autografo del loro capitano.

Peccato che JT non se ne sia curato e sia partito come se nulla fosse. E nella confusione, l'inglese ha investito uno degli steward di Stamford Bridge andandosene

come se nulla fosse. Il membro della security se l'è cavata con qualche ammaccatura alla gamba, come ha confermato ufficialmente lo stesso club.

“Dopo aver saputo del fatto - riporta la stessa fonte - Terry ha parlato con la polizia dell'accaduto”. Ma non solo con la polizia. JT per una volta ha agito tempestivamente, telefonando allo steward per chiedere scusa. Se non altro, l'esperienza insegna. Bridge una telefonata del genere non l'ha ancora ricevuta.

Mattia Fontana / Eurosport



• USAIN BOLT RESTA IL RE DELLO SPORT MONDIALE.

Lo sprinter giamaicano, tre medaglie d'oro ai campionati iridati di atletica, per la seconda volta ha battuto la concorrenza aggiudicandosi il Laureus Award per lo sportivo del 2009. Bolt ha diviso con altri campioni internazionali la passerella delle prestigiose onorificenze consegnate ad Abu Dhabi nell'Emirates Palace.

Il premio al femminile è andato a Serena Williams (anche per la tennista americana si tratta di un bis) grazie alle vittorie nei tornei dello Slam in Australia e a Wimbledon. Ad Abu Dhabi riflettori anche sulla Formula 1: il britannico Jenson Button ha vinto il premio come 'Rivelazione dell'anno grazie al successo nel mondiale piloti, mentre il Team Brawn Gp ha conquistato il Laureus come squadra dell'anno.

Nelle altre categorie, quella dedicata ai 'ritorni' ha visto il successo di Kim Clijsters, la tennista belga tornata alle competizioni con il successo degli us Open.



Premio e ovazione del pubblico per Natalie du Toit, la nuotatrice che senza una gamba ha partecipato a gare anche a gare per normodotati. A lei è stato assegnato il Laureus per l'atleta diversamente abile del 2009. La giuria dei Laureus che da dieci anni assegna i premi si compone di grandi campioni dello sport, come Gia-

como Agostini, Franz Beckenbauer, Boris Becker, Sergey Bubka, Nadia Comaneci, Emerson Fittipaldi, Cathy Freeman, Edwin Moses e Alberto Tomba. La cerimonia è stata presentata dall'attore Kevin Spacey: tra gli ospiti Gwyneth Paltrow, Hugh Grant e Clive Owen.

Fonte: Eurosport





NEWSLETTER

CENTRO SPORTIVO EDUCATIVO NAZIONALE

Numero 4 • Marzo 2010

CSEN

Sede Nazionale

Via L. Bodio, 57 - 00191 - Roma

Tel. 06.3294807 - 06.3294702

Fax +39 06.3292397

email: info@cсен.it

www.cсен.it

UFFICIO STAMPA CSEN

Via Orvinio, 2

00199 Roma

Tel: 06.86.38.51.12

Fax: 06.86.32.81.75

ufficiostampa@arsmediagroup.it