

# Nuove emergenze

Di certo non nel senso che può venire subito in mente, ma in vero nella nostra Scuola stanno emergendo nuove realtà nel campo sportivo.

Negli anni passati siamo stati spesso alla ribalta delle classifiche nazionali e internazionali, grazie a un gruppo di allievi che con costanza si erano affermati e nel tempo evoluti conseguendo sempre migliori risultati. Un po' ci eravamo assuefatti alle loro elevate performance e forse la cosa sembrava quasi non fare notizia.

Inoltre le eccellenze quasi sempre venivano fuori dalle categorie più elevate sia in rango di cintura che di età.

Grazie all'esempio degli atleti di alto profilo della scuola e al continuo lavoro del Maestro Alberto, oggi la rosa di atleti che ottengono ottimi risultati si è fisiologicamente ampliata dalle fasce di età degli otto/dieci anni sino ai cosiddetti Master (over trentacinque anni fino a sessanta).

È frequente, durante le lezioni, vedere vari gruppi omogenei di lavoro applicarsi nelle varie specialità per acquisire sempre migliore conoscenza, pratica e consapevolezza delle varie fasi dell'allenamento. Preparazione atletica mirata, nuovi schemi motori per il combattimento o nuovi kata sono in continua fase di evoluzione.

È bello vedere, anche per chi ha un occhio allenato a percepire i nuovi cambiamenti, la continua progressione degli atleti delle varie fasce di età. Spesso capita che una categoria, magari anche dei piccoli, sia da stimolo ai grandi per fare di meglio. Siamo coscienti come Scuola, grazie alla cura del Maestro, di essere quasi un po' maniacali nella ricerca della perfezione (in vero mai raggiungibile nelle arti marziali), ma la cura del particolare, la ricerca dell'ottimo è sempre presente nella nostra mente quando pratichiamo il karate (e non solo) e questo sia nel campo dello studio tradizionale che in quello sportivo.

Proprio nello sport poi questo profilo risulta essere una 'marcia' in più per quegli atleti che hanno già di per sé caratteristiche elevate.

Quindi il fatto che nelle varie fasce siano emergenti nuovi atleti di sicuro interesse non è proprio una sorpresa, ma un piacevole frutto da raccogliere insieme al Maestro per il lavoro sinora fatto. Testimonianza di quanto sinora affermato è il caldissimo 'start-up' della nuova stagione sportiva iniziato tra la fine di settembre e il mese di ottobre.

L'onnipresente Gabriele Cera partecipa con ottimi piazzamenti a gare nazionali e internazionali aumentando il proprio bagaglio tecnico e il palmarès sportivo.



Prima Società classificata Kata



Lo segue a stretto esempio Fabio Cottarelli classificatosi al 1° posto al Campionato Regionale Fijlkam Lazio e poi attivo nella partecipazione al Campionato Italiano Federale.

Al Campionato Regionale CSEN la *Bushido Tivoli* conquista il gradino più alto del podio grazie ai piazzamenti di rilievo dei ragazzi (11 primi posti,

7 secondi posti e 6 terzi posti), e nella fase Pre-Agonisti (sotto i dodici anni), dove il maggior numero di atleti ha conseguito ottimi risultati lasciando vedere grandi spazi di miglioramento in un prossimo futuro. Non manca di rilevare che grazie a tutti i piazzamenti nelle varie gare la *Bushido Tivoli* e anche le varie affiliate Shuko-



continua da:

A.S.D. Bushido Tivoli

kai-Italia hanno primeggiato sul podio delle classifiche di Società.

Prossima la partecipazione al Campionato Nazionale CSEN 2013 che si terrà a Foligno a fine novembre dove saremo certamente pronti a rappresentare i colori di Tivoli con il nostro consueto entusiasmo. Alla stessa manifestazione è stato convocato, come per le altre precedenti edizioni, un affermato e stimato gruppo di Ufficiali di Gara Nazionali tiburtini formatosi nell'ultimo decennio grazie al costante impegno e alla collaborazione della Bushido Tivoli.

A fine anno mancano ancora altri eventi che ci permetteranno di tenervi in costante attenzione circa la nostra attività karate-no-stop nelle prossime edizioni del *Notiziario Tiburtino*.

Pino Gravina



continua da:

Podistica Solidarietà

contenuta, con dolcezza quasi sussurrando glielo rammento. Mi pare che ho detto più o meno così: «Dajeeeeeeee Mimme' che siamo al "nostro" posto, e da qua non de devi schiodà, daj!». La frazione diventa una lotta a due, Domenico e il ragazzo del Palatino (lo stesso che lo scorso anno chiuse primo, davanti ai fenomeni) che gli fa da ombra. Chiudono il primo giro attaccati uno all'altro, Domenico ci mette del suo, correndo con una scarpa slacciata, tanto per dare una possibilità in più agli altri, che comunque perdono terreno. Oso è ormai troppo dietro e i più temibili in ripresa diventano i "soliti" *Roma road Runners* e *Tirreno Atletica*... I due contendenti arrivano all'ingresso di Piazza di Siena appaiati e vogliono entrambe prevalere, dando luogo alla più bella e avvincente volata della manifestazione. Domenico allunga con una progressione micidiale, ma il suo avversario non molla e resta attaccato pronto a superare, è risaputo che in queste circostanze chi sta dietro è favorito, ma il nostro Mimmo ha il fisico e i tempi da "Top" ma non ha ancora acquisito le malizie e le tattiche... ma ha dalla sua una forza devastante e lo lascia dietro anche se di pochissimo e schiaffeggia per primo Paola Patta. Paoletta dimostra subito di avere una marcia in più rispetto alla ragazza del Palatino e con il suo incedere costante e determinato infligge almeno 10 secondi a chilometro alla contendente. Chiude la frazione Paola Patta, infliggendo quasi 2 minuti di distacco, regalando a se stessa, ma soprattutto alla squadra una prestazione eccezionale. Lo schiaffo ora è per Checco De Luca, il nostro over 45 che corre più forte di un ventenne, il sempre presente alle staffette, e sempre in grado di offrire prestazioni incredibili, avvincenti, sofferte ma efficaci! Si preoccupa di Nicosia prima di partire, ma finisce che gli altri si sono dovuti piegare al suo incedere inesorabile verso il traguardo, con un passo così devastante per gli avver-



Gli Orange alla Hunger Run

sari che si ristabiliscono le gerarchie in classifica e aumentano i distacchi. Quando parte Andrea Mancini, siamo secondi e terzi sono la *Tirreno Atletica* che schiera Emiliano Catullo, uno che sui 5.000 in pista vanta un 15'44", ma il vantaggio che abbiamo è di oltre 2 minuti e mezzo, quindi un tesoro da conservare per poter trionfare "secondi"! Andrea parte determinato, conosce bene le insidie di questo percorso che l'ha visto arrivare a braccia alzate due anni fa, quando a correre erano gli amatori e non i professionisti! Andrea non prende rischi, domina a modo suo, correndo in accelerazione progressiva, spingendo sull'avampiede per dare cadenza al passo e tenere sempre alta la concentrazione. Catullo rinviene e recupera quasi un minuto al primo giro, ma Andrea non è certo uno che molla, controlla e si prepara a sferrare l'attacco finale, la progressione che ad elastico renderà vano il tentativo di rimonta della pur ottima formazione di Civitavecchia. Siamo al secondo giro, i nostri Top si stringono attorno all'ultimo frazionista che ha il compito di suggellare la prova di tutti. È la *Podistica Solidarietà* che spinge le gambe di Andrea, tutte le squadre ora sono un unico sforzo profuso, un unico Cuore palpitante. Siamo tanti

e siamo tutti qua per partecipare per divertirvi, ognuno a modo suo, chi per preparare una gara, chi per vivere l'emozione di una corsa a squadre, e chi, per provare a vincere! Andrea entra nella piazza, e un boato accompagna il suo ingresso. Gli *Orange* battono le mani, urlano il suo nome e lui arriva insieme a tutti noi Secondo ma... moralmente Primi! Siamo i *Primi* dei *Secondi*, e sicuramente i più compatti, i meglio assortiti i più determinati. E poi? La grande *Festa Orange*, con il prosciutto gentilmente offerto dalla brava e bellissima Laura Cerami che con il suo sorriso incanta così come con la sua corsa! Grazie a tutti coloro che hanno partecipato, che hanno aiutato, che hanno permesso di vivere un'altra grande giornata di sole insieme. Siamo tanti, ci piace partecipare e ci inizia a piacere anche di vincere!

Marco Taddei

Sono aperte le iscrizioni e i tesseramenti per il 2013: chiunque volesse contattarci può farlo ai numeri 338.2716443 - 339.5909259 oppure tramite e-mail scrivendo a [podistica.solidarieta@virgilio.it](mailto:podistica.solidarieta@virgilio.it) o a [gianfranco.novelli@alice.it](mailto:gianfranco.novelli@alice.it) oppure consultate il nostro sito [www.podistica-solidarieta.it](http://www.podistica-solidarieta.it)