

FEBBRAIO 1972

N.

5

KASË HITÒ

(uomini - vento)



NOTIZIARIO MENSILE INTERNO

DELL' UNIONE GRUPPI JIU - JITSU

1

Riunione del Consiglio Direttivo

Il Consiglio Direttivo riunito il 12 gennaio 1972
ha deliberato quanto segue:

1) E' stata nominata la Commissione di fiducia del C.D.
per la palestra di Albenga; detta Commissione sarà composta dai
Signori Riccardi e Bruzzone quali rappresentanti dell'U.G.J.
e da un componente il Direttivo dell'Albenga Sport designato
dallo stesso.

2) Viene considerato l'opportunità di prendere contatti
con alcuni gruppi genovesi per riunire sia sul tappeto che fuori
tutti coloro che credono nel Jiu-Jitsu e che combattono per una
sua sempre maggiore diffusione. Il Direttore Tecnico riceve de-
lega con ogni più ampia possibilità di agire in merito; renderà
conto di ciò che farà in una prossima riunione del C.D.

3) Le cariche per il 1972 del C.D. vengono così distri-
buite a norma di Statuto:

M^o Rebagliati Giovanni.....Presidente-Direttore Tecnico

M^o Ferrara Giuseppe.....Primo Consigliere

Sig. Delfino Franco.....Segretario

Sig. Ravera Giovanni.....Cassiere

Sig. Orsi Nuccio.....Consigliere incarichi spec.

4) Sono stati nominati Consiglieri aggiunti senza dirit-
to di voto i Signori Barberis, Riccardi, Francucci, Bruzzone,
Fiorito, Resio, Ravera Franco.

LA CINTURA

Nell'arte Marziale del Jiu-Jitsu la cintura è considerata come una tradizione di base ed un continuo e sempre più prezioso traguardo da raggiungere.

Essa è la identificazione del nostro progressivo perfezionamento tecnico e morale e nello stesso tempo un riconoscimento di ciò che si è fatto.

Rispettare le cinture superiori a noi significa rispettare anche ciò che noi saremo domani, poichè per raggiungere gli alti gradi del Jiu-Jitsu bisogna anche seguire chi lo ha fatto prima di noi.

La cintura è una cosa sacra: uno qualunque di noi, non importa quale grado abbia, che si toglie la propria cintura, una volta che l'ha conquistata e sale su un qualsiasi tappeto con un grado inferiore dimostra, oltre che di non essere degno di far parte della nostra collettività, di non aver neanche capito gli insegnamenti fondamentali del Jiu-Jitsu.

Tutte le cinture del Jiu-Jitsu sono sacre, poichè sono sofferte, meritate e ricevute dopo una prova e un esame piuttosto severi.

La riprova di tutto ciò sta nella consegna ufficiale di una qualsiasi cintura: una Cintura Nera che, mentre stringe la mano in modo "occidentale" ad un allievo appena promosso, gli fa un lieve inchino il cui significato è nel senso di rispetto verso l'emblema che sta per essere consegnato.

Lo stesso significato di Jiu-Jitsu insegna questo rispetto: nel saluto che fa il Maestro alla cintura dell'allievo appena promosso c'è la speranza tacita che quella cintura possa divenire progressivamente più scura fino al sommo colore nero; portando così l'allievo stesso a diventare un continuatore della " Dolce Arte " degli antichi Samuraj.

M^o Rebagliati

GARE U.G.J.

Domenica 20 c.m. con inizio alle ore 9 si svolgeranno le prime gare di autodifesa organizzate dall'Unione Gruppi Jiu-Jitsu.

Dette gare avranno luogo presso la palestra Frisamar di Savona e potranno partecipare gli atleti della cintura verde alla cintura marrone comprese.

Parallelamente a tali gare, sarà anche disputata una gara agonistica fra tutti gli atleti che si presteranno a subire i colpi che verranno applicati. (solo per cinture gialle e arancioni)



Nel mese di gennaio nelle palestre dell'Unione Gruppi Jiu-Jitsu sono stati sottoposti a esame per il passaggio di cintura ed hanno superato felicemente la prova i seguenti atleti:

Palestra di Savona

Ottonello Gian..... da cintura bianca a gialla

Palestra di Osiglia

Mellogno Mario..... da cintura gialla a arancione

Palestra di Finale

Cerrone Tonino..... da cintura gialla a arancione

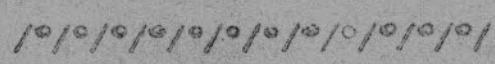
Maggi Giorgio..... da cintura bianca a gialla

Maggi Mauro..... da cintura bianca a gialla

Palestra di Albenga.....

Ravera Franco..... da cintura bianca a gialla

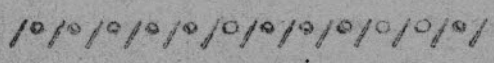
Piccardi Giorgio..... da allievo a cintura bianca



Facciamo tanti auguri a:

Cerrone Tonino che si è sposato (Finale)

Lazzaro che è diventato padre (Albenga)



LE NOSTRE TECNICHE

GLI SBILANCIAMENTI

L'allievo che muove i primi passi nel Jiu-Jitsu, trova tra i primi colpi che impara due esercizi fondamentali che, secondo la nostra denominazione, vengono chiamati, sbilanciamento in avanti e sbilanciamento dietro.

In tali esercizi è molto importante, anzi indispensabile lo sbilanciamento di spalle, anche se a prima vista può sembrare che l'avversario debba cadere mercè il colpo che riceve da una parte di una delle nostre gambe.

E' inutile colpire con il piede sinistro o con la gamba destra se si sbilancia poco o niente di spalle, perchè in tale caso l'avversario non cadrà, oppure andrà a terra solo per spirito di cooperazione e con questo sistema non si imparerà mai niente.

Bisogna essere convinti di quello che si fa e di conseguenza bisogna che i nostri movimenti abbiano un senso logico.

Altro errore comune è il non seguire il movimento che l'avversario compie nella caduta.

E' impensabile che un atleta ne butti giù un altro rimanendo dritto come un palo.

Una delle regole fondamentali del Jiu-Jitsu è quella di seguire tutti i movimenti che compie l'avversario nelle proprie cadute, conseguenti l'applicazione dei nostri colpi.

Ho visto sovente e corretto atleti che facevano un tale errore, che è come dicevo gravissimo.

Nei due casi specifici voglio fare le seguenti considerazioni.

A) Sbilanciamento in avanti:

Con prese normali come da insegnamento e mentre l'avversario viene verso di noi, si colpisce con il piede sinistro il suo piede destro mentre è sollevato. Contemporaneamente si sbilancia di spalle e si fa torsione e piegamento verso il punto ove deve cadere l'avversario.

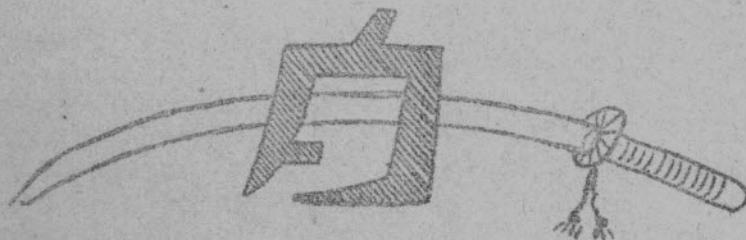
B) Sbilanciamento indietro:

Con prese normali come da insegnamento e mentre l'avversario si allontana, ci si porta con un passo sinistro lungo dietro di lui, avendo cura di piegarci leggermente in avanti.

Si colpisce con la gamba destra quella destra dell'avversario al di sotto del ginocchio e, contemporaneamente si attua lo sbilanciamento di spalle. Nello stesso istante si fa torsione e piegamento verso il punto dove deve cadere l'avversario.

In tutti e due i casi specifici i tre movimenti di colpire con il nostro piede o gamba, lo sbilanciamento di spalle e la torsione con piegamento verso il punto dove deve cadere l'avversario devono essere eseguiti in maniera contemporanea.

M^o Rebagliati.



UNA DOMENICA A CARBUTA

L'ignaro pellegrino che, transitando nei pressi del tipico ristorante a Carbuta domenica 30/ I / 71 / avesse voluto fare delle congetture per capire chi riuscisse a fare tanto chiasso nel suddetto locale, pur spremendo al massimo le meningi, non sarebbe mai arrivato alla conclusione che si trattasse di una cinquantina di persone tutte dedite allo studio ed alla pratica di una difficile arte che insegna la calma e l'autocontrollo in ogni occasione.

In effetti ci siamo proprio divertiti molto; il pranzo è stato ottimo, ma il vero padrone della giornata è stato il vestrallino, che correva, se non proprio a fiumi, almeno a grossi torrenti, ha saputo cancellare ogni soggezione a tutti i livelli portando tutti, dai Maestri sino agli allievi ultimi arrivati su di un amichevole piano di scherzosa presa in giro.

C'è stato chi ha tentato di raggelare l'ambiente bevendo solo acqua minerale, ma ciò non è stato assolutamente di pregiudizio.

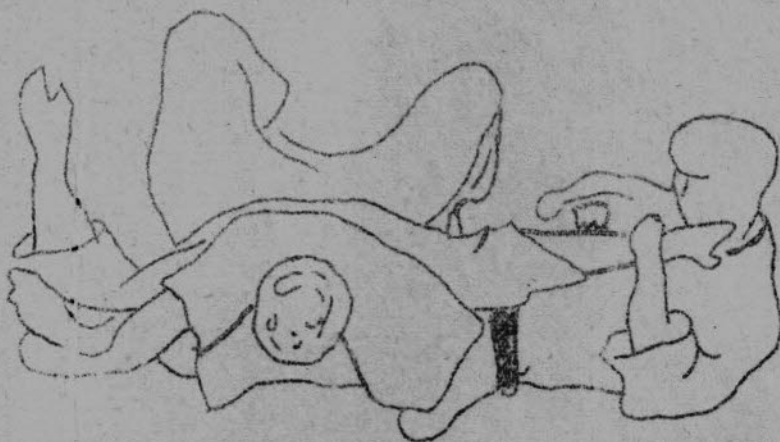
I tanto temuti discorsi seri che rovinano tante belle feste sono stati intelligentemente accantonati e sostituiti con un brevissimo brindisi che il nostro Direttore Tecnico ha dedicato alle sorti dell'U.G.S. e ad un atleta assente per motivi matrimoniali.

Considerando l'ottima riuscita dalla riunione ci auguriamo che il Consiglio Direttivo si dia da fare per organizzarne altre con brevi intervalli fra di loro: adesso che abbiamo scoperto quanto stiamo bene assieme anche fuori tappeto, sarebbe un peccato non continuare a vederci spesso!

Speriamo che la prossima volta siano con noi anche Don Carlo e il geom. Sandigliano che sono stati i grandi assenti di domenica.

e.r.

o/o/o/o/o/o/o/o/o/o/o/o/o/o/o



INSERZIONE IMPORTANTE

Giovani dirigenti notiziario mensile, grande tiratura accettansi per qualsivoglia collaborazione sia intellettuale che manuale, per stesura e stampa favoloso giornale interno. Si assicurano ampie possibilità di carriera.

oooooooooooooooooooo

