4 MARZO - La Spezia



"Sabato 4 marzo, ai Prati di Vezzano di La Spezia, si è tenuto lo stage di karate "Campioni a La Spezia" che ha potuto contare sulla partecipazione di circa 200 praticanti e 3 BIG del Karate Italiano: Davide Benetello, Fulvio Sole e Raffaella Carlini. Tra i numerosi partecipanti vi erano Maestri, Istruttori/Allenatori, Atleti ed Amatori e tutti sia i giovanissimi sia quelli di un'età più avanzata si sono allenati per circa 4 ore consecutive senza mai fermarsi, dimostrando voglia e determinazione ad apprendere e migliorarsi. All'evento ho partecipato anch'io, e devo ammettere che, oltre ad essere rimasto contento per l'ottima organizzazione, sono anche rimasto realmente soddisfatto dai temi trattati in questo stage, che considero un valido aiuto per tutti i ragazzi che, come me, partecipando alle gare crecano sempre di ottenere il loro miglior risultato in campo agonistico. Allo stage si è lavorato sulla specialità KATA dove Fulvio Sole ha anche dimostrato il kata con il quale l'anno scorso ha vinto la medaglia d'oro con le <Fiamme Gialle> ai Campionati Italiani a Squadre Sociali. Per il KUMITE Raffaella Carlini ha mostrato il riscaldamento idoneo e corretto in preparazione di un combattimento mentre Davide Benetello ha illustrato alcuni esercizi per affrontare tatticamente un avversario sul tatami. Lo stage si è concluso alle 19:00 tra iflash delle macchine fotografiche che immortalavano i momenti più belli di tutta la giornata."

di Alessandro Locatelli

{yoogallery src=[/images/stories/KarateClubSavona/Stage/campioni_spezia] width=[120] height=[120] style=[lightbox] effect=[fade] spotlight=[0] prefix=[thumb100_] thumb_cache_dir=[thumbs100] thumb_cache_time=[1440] load_lightbox=[0] thumb=[polaroid] resize=[1] order=[asc] count=[50]}